Niveau(x) d'enseignement: 9 Numéro EDUQ : 8570742
Centre d'intérêt: 919

Colloque "La formation continue pour les personnes du 3e âge, ça donne quoi?" (1983 : Collège de Lévis-Lauzon, Lauzon, Québec).

La formation continue pour les personnes du 3e âge, ça donne quoi? / Colloque organisé par le Comité provincial d'éducation 3e âge et le Secteur de l'éducation aux adultes du Cégep de Lévis-Lauzon avec la collab. de la Direction générale de l'éducation des adultes du Ministère de l'éducation (MEQ). -- [Lauzon] : Le Secteur, 1983.
14, [21] p. ; 28 cm.

Descripteur(s): *Personne âgée *Services aux personnes âgées *Gérontologie *Rôle du formateur *Education des adultes

Les objectifs du Colloque de juin 1983 étaient de permettre aux personnes impliquées dans la formation du 3e âge de partager leurs expériences afin: 1. d'examiner les acquis actuels et d'analyser les différentes expériences de la formation au 3e âge; 2. d'identifier des moyens susceptibles de rendre la formation plus accessible; 3. de dégager les approches qui puissent faciliter davantage l'implication et la participation des retraités et des divers intervenants dans la formation des personnes du 3e âge. Le colloque voulait aussi favoriser la participation des personnes âgées.

Le document rend compte des diverses allocutions et conférences qui furent prononcées au colloque; il présente les expériences éducatives, les rapports des ateliers, le compte rendu d'une table ronde sur l'implication des personnes du 3e âge en formation continue et les recommandations des ateliers et de l'assemblée plénière. La première journée avait pour objet les projets de formation continue pour les personnes du 3e âge; la deuxième journée avait pour thème le rôle des formateurs, des intervenants et des personnes âgées en vue d'une meilleure implication du 3e âge.

Au total, 55 recommandations furent formulées. La dernière concerne un projet-pilote développé dans l'Outaouais. Les membres du colloque, à l'unanimité, ont proposé que le projet éducatif développé par l'Académie de gérontologie de l'Outaouais soit reconnu comme projet-pilote et reçoive de la DGEA les ressources humaines et matérielles requises afin de poursuivre et de développer sa démarche éducative et ainsi permettre le réinvestissement de cette expérience dans les régions qui le désireraient.

Type de document: f

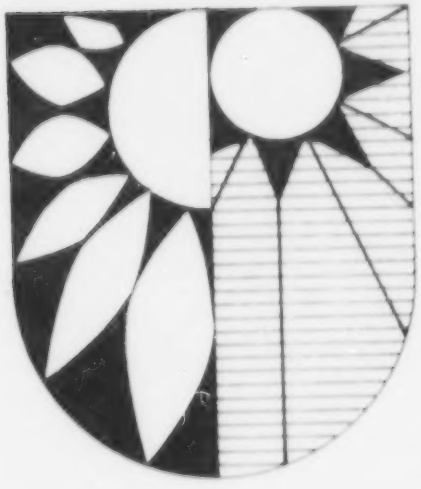
EDUQ 8570742 HF 74

Gouvernement du Québec
Ministère de l'Éducation
Direction générale
de l'éducation des adultes

COLLOQUE

"La formation continue pour les personnes du 3ème âge: ça donne quoi?"

organisé par
le Comité provincial d'éducation 3ème âge
et le secteur de l'éducation aux adultes
du Cégep de Lévis-Lauzon
avec la collaboration
de la Direction générale de l'éducation des
adultes du ministère de l'Éducation (MEQ)



Cégep de Lévis-Lauzon
Secteur de l'éducation aux adultes
1 et 2 juin 1983

EDUQ 8570742

COLLOQUE

"La formation continue pour les personnes du 3e âge: ça donne quoi?

organisé par

le Comité provincial d'éducation 3e âge

et le secteur de l'éducation aux adultes du Cégep de Lévis-Lauzon

avec la collaboration

de la Direction générale de l'éducation des adultes du ministère de l'Education (MEQ)

Cégep de Lévis-Lauzon
Secteur de l'éducation aux adultes
1er et 2 juin 1983

"Le succès de la prévieillesse et de la vieillesse dépend pour une large part de la capacité et de la motivation de l'individu à apprendre et à se développer."

Nicolas Zay

SOMMAIRE

Programme des activités.....p. 1

Organisateurs et participants.....p. 2

Objectifs du colloque par
M. Clément Gourde, animateur.....p. 5

Exposé d'ouverture par le président
du colloque, M. Nicolas Zay.....p. 7

Le rôle du Comité provincial d'éducation
au 3e âge, par Mme Thérèse Tremblay.....p. 11

Présentation d'expériences éducatives.....p. 13

1. M. Jean-Pierre Richard, CECM.....p. 13
2. Mme Claire Lamon, AGEO.....p. 16
3. Mme Nicole Desruisseaux, CLSC.....p. 22
4. M. Louis Plamondon, UM.....p. 24
5. M. André Thibault, UM.....p. 26
6. Interventions de l'assemblée.....p. 29

Rapports des ateliers.....p. 31

1. Carrefour culturel des générations.....p. 31
2. Différentes approches auprès
des retraités et des préretraités.....p. 35
3. Méthodes actives d'information
juridique au 3e âge .....p. 40
4. Moyens d'apprivoiser la
solitude à la retraite.....p. 43
5. Séjours culturels des
aînés (Elder Hostel).....p. 48

6. Les conditions de vie des retraités.....p. 51
7. Programme "Nouveaux Horizons".....p. 55
8. Usage des produits pharmaceutiques pour les personnes âgées.....p. 58
9. L'activité physique pour les personnes du 3e âge .....p. 63

Allocution de M. André Beaudoin, sous-ministre de l'Education.....p. 67

Table ronde sur l'imprication des personnes du 3e âge en formation continue .....p. 68

Conférenciers

1. Mme Rita Cambron, FADOQ.....p. 68
2. Mme Madeleine Tremblay, AQDR.....p. 75
3. M. Ernest Poulin, FQRRCA.....p. 78

Recommandations des ateliers et de la plénière.....p. 80

Atelier 2.....p. 80
Atelier 3.....p. 84
Atelier 4.....p. 85
Atelier 5.....p. 87
Atelier 6.....p. 87
Atelier 8.....p. 89
Ateliers 1 et 9.....p. 90
Plénière.....p. 91
Saint-Pierre aux mortels.....p. 93

Allocution finale du président du colloque, M. Nicolas Zay.....p. 94

Annexes

.01 Membres du Comité provincial d'éducation au 3e âge

.02 Académie de gérontologie de l'Outaouais: sa mission et ses réalisations

.03 Liste des ateliers, titres des thèmes et noms des personnes ressources

.04 Table des sigles.

La formation continue, pour les personnes du 3e âge, *Ça donne quoi?*

Programme des activités

Date	Heure	Endroit	Activité
83-06-01	8h30	Hall d'entrée du Cégep de Lévis-Lauzon	Réception et inscription
	9h30	Auditorium	Mot de bienvenue par le président du colloque, M. Nicolas Zay, de l'Université Laval
	9h40	Auditorium	Présentation des membres et du rôle du comité provincial d'éducation 3e âge par Thérèse Tremblay, responsable du dossier à la Direction générale de l'éducation des adultes du MEQ (DGEA)
	10h00	Cafétéria	Pause
	10h15	Auditoruim	Présentation d'expériences éducatives vécues dans différents milieux (CLSC, CSR, cégep, université)
	12h00	Cafétéria	Dîner.
	13h30	A-202-203-204-205-206-211	Ateliers: Les projets de formation continue pour les personnes du 3e âge dans votre milieu (animateurs et secrétaires à déterminer)
	15h00	Cafétéria	Pause
	15h15	A-202-203-204-205-206-211	Ateliers: Suite des projets de formation continue pour les personnes du 3e âge dans votre milieu (animateurs et secrétaires à déterminer)
	16h45	Mail du cégep	Vin d'honneur et mini-causerie avec un représentant du ministère de l'Éducation
	17h00	Cafétéria	Souper.
	19h00	Auditorium	Plénière (rapports d'ateliers)
	20h00	Auditorium	Présentation de 2 vidéo produits par la DGEA au sujet des personnes du 3e âge
	21h00	Fin	
83-06-02	8h30	Auditorium	Panel sur l'implication des personnes du 3e âge en formation continue (AQDR, FADOC, FQRRCA, . . .)
	.0h00	Cafétéria	Pause.
	10h15	A-202-203-204-205-206-211	Ateliers: Le rôle des formateurs, des intervenants et des personnes âgées en vue d'une meilleure implication des gens du 3e âge
	12h00	Cafétéria	Dîner.
	13h30	Auditorium	Plénière et suggestions à la DGEA
	15h00	Auditorium	Mot du président et fin du colloque

Organisateurs et participants

Président d'honneur — M. Nicolas Zay
Laboratoire de gérontologie
Université Laval

Animateur — M. Clément Gourde
CLSC Arthur Caux

Secrétaire général — M. André Carrier
Professeur de philosophie
cégep de Lévis-Lauzon

Organisateur — M. Gaston Gosselin
Secteur de l'éducation des
adultes, cégep de Lévis-Lauzon

appuyés de madame Thérèse Tremblay, DGEA, et des membres du comité provincial d'éducation 3e âge

Mme Rita Cambron, FADOQ
M. Clément Gourde, CLSC
M. Germain Hamel, MPR
Mme Madeleine Hamel, MPR
Mme Lila Deschamps, AFRQ
M. Jacques Proulx, CLSC
M. Jean-Pierre Richard, CECM
M. Pierre Schnobb, CEGEP
M. Ernest Poulin, FQRRCA
Mme Thérèse Tremblay, DGEA

Personnes ressources

M. Gilles Barbeau, Université Laval

M. Raymond Champagne, Université du Québec à Trois-Rivières

Mme Lila Deschamps, AFRQ

M. Roland Doyon, Université Laval

M. Phil Latulippe, sportif

M. Pierre Leclerc, Kino-Québec

Mme France Mainville, Université de Sherbrooke

M. Harold Martel, responsable (région de Québec) du programme "Nouveaux Horizons"

M. Louis Plamondon, Université de Montréal

Conférenciers

Mme Rita Cambron, FADOQ

Mme Madeleine Tremblay, AQDR

M. Ernest Poulin, FQRRCA

Animateurs des ateliers

M. Serge Cloutier

Mme Carole Coulombe

Mme Fleurette Croteau

M. Louis-Roland Paradis

Mme Jeanne Routhier

Mme Christiane Savary

Mme Renée Soucy

Secrétaires des ateliers

Mlle Louise Bellemarre
M. Alain Carrier
Mlle Isabelle Fontaine
M. Fernand Gallichan
Mme Louise Lepire
M. Jean-Marc Lessard
Mlle Danielle Vallières
M. Yvon Villeneuve

Objectifs du colloque

L'idée d'un colloque sur la formation au 3e âge revient à madame Thérèse Tremblay, responsable du dossier "Préparation à la retraite" à la Direction générale de l'éducation des adultes (MEQ) et à monsieur Gaston Gosselin, qui a appuyé la suggestion et en a favorisé l'organisation au Cégep de Lévis-Lauzon, par l'intermédiaire des services de l'éducation aux adultes.

Les objectifs de cette rencontre sont de permettre aux personnes impliquées dans la formation du 3e âge de partager leurs expériences afin:

- d'examiner les acquis actuels et d'analyser les différentes expériences de la formation au 3e âge;
- d'identifier des moyens susceptibles de rendre la formation plus accessible;
- de dégager les approches qui puissent faciliter davantage l'implication et la participation des retraités et des divers intervenants dans la formation des personnes du 3e âge.

L'esprit du colloque est de favoriser la participation des personnes âgées et de leur permettre de se faire entendre. Ce colloque devrait être le premier d'une série, à l'échelle provinciale et régionale, favorisant le regroupement des gens, l'information et la reprise active, dans les divers groupes du 3e âge, des acquis de formation et des expériences en cours.

Monsieur Nocolas Zay, directeur du Laboratoire de gérontologie sociale de l'Université Laval, a accepté de présider ce colloque. Monsieur Zay fut président de l'Association québécoise de gérontologie; il est connu pour ses nombreuses communications et ses différentes publications dont le Dictionnaire-manuel de gérontologie social, publié en 1982.

Clément Gourde, CLSC
Animateur du colloque

Exposé d'ouverture

M. Nicolas Zay

Chers amis,

C'est avec plaisir que je vous souhaite la bienvenue à ce colloque sur la formation continue pour les aînés. Je suis heureux de voir que vous avez répondu en si grand nombre à notre appel, ce qui m'incite à penser que ce colloque répond à un besoin réel.

La formation continue est un terme ambigu auquel on donne une multitude de sens en gérontologie. Pour certains, c'est un concept organisationnel. Dans la vie active, on doit se recycler en permanence et réapprendre constamment son métier, ou tout au moins acquérir les éléments professionnels apparus de fraîche date, afin de ne pas être dépassé par les techniques, car la vitesse des progrès est telle que les connaissances acquises au début d'une carrière ne sont plus à jour au milieu de cette carrière. Le médecin ou l'ingénieur doivent suivre de façon continue l'évolution des connaissances dans leur domaine respectif pour être toujours à la page. Nous sommes tous obligés de nous "remettre à l'école" pour bien des choses. Dans ce sens, la formation continue peut se définir par une boutade: savoir toujours de plus en plus sur moins en moins, ou encore, avoir au moins une petite idée sur une foule de choses.

Dans le cadre de ce colloque, le terme formation continue acquiert un sens idéologique plutôt qu'organisationnel. On pourrait aller jusqu'à dire que c'est une nouvelle façon de concevoir la vie, c'est-à-dire ne jamais cesser d'apprendre, quel que soit son âge.

Autrefois, la vie humaine était bien compartimentée. Elle se déroulait en trois phases: après une préparation plus ou moins longue à la vie active, on entrait dans le monde du travail, puis on s'en retirait pour jouir d'un repos bien mérité. Ce n'est certainement pas ma façon de concevoir la vie, car j'estime qu'on peut travailler et apprendre toute une vie durant. Il n'y a pas d'âge pour la formation, même si son objectif peut changer avec les années qui passent.

Pourquoi cette nouvelle approche?

Les uns y voient un impératif économique: la population vieillit et la société ne peut plus se payer le luxe de condamner à l'improductivité toute une tranche d'âge, surtout qu'il n'y aura peut-être pas assez de jeunes pour prendre la relève sur le marché du travail et pour financer les revenus de retraite. D'autres, au contraire, y voient un moyen de se libérer d'une société technique de plus en plus exigeante, de plus en plus accaparante. Pour ma part, je n'y vois ni un impératif économique, ni même un moyen de se libérer d'une société opprimante, mais bien plus une aspiration légitime à rester maître de son destin, compte tenu, bien entendu, de ses capacités physiques et mentales.

Pour comprendre le monde technique, social et culturel et se tenir à flot, l'individu doit constamment se renouveler, se former et agir sur les structures dans lesquelles il évolue. Le développement consiste justement à susciter chez lui une prise de conscience de son pouvoir en tant qu'être agissant, capable de se situer dans le monde et d'agir sur celui-ci grâce à une bonne compréhension de la délicate interaction entre son développement personnel et l'évolution de son environnement.

Vous avez d'ailleurs fort bien saisi le message puisque les expériences de formation continue de type expérientiel se multiplient au Québec. C'est pour passer en revue ces expériences que nous nous réunissons aujourd'hui en si grand nombre. Nous aimerions comparer ce qui se fait ailleurs avec ce qui se fait chez nous. Nous sommes ici à la fois pour apprendre et pour enseigner, en d'autres mots, pour échanger les idées.

Dans cet échange, il n'y a ni gagnant ni perdant car il n'existe pas de remède-miracle, pas plus qu'un modèle, pour satisfaire tous les goûts et répondre à toutes les aspirations. Le vieillissement est avant tout un processus de différenciation, et c'est en acceptant les différences qui en résultent qu'on peut le mieux s'aider soi-même et aider les autres.

Le succès de la prévieillesse et de la vieillesse dépend pour une large part, de la capacité et de la motivation

de l'individu à apprendre et à se développer pour acquérir les connaissances nécessaires à la tenue de ses rôles successifs au cours des différentes étapes de sa vie.

Si vous me permettez, je vais terminer par une note personnelle. Il y a deux ans, nous avons décidé, ma femme et moi, de construire un chalet. Nous venions tout juste de passer le cap des 60 ans. Nos amis auxquels nous en parlions, nous écoutaient avec intérêt. Personne, évidemment, ne nous désapprouvait ouvertement, mais nous sentions un certain scepticisme. Ils pensaient sans doute qu'il était bien tard pour nous lancer dans une pareille aventure... Mais nous, nous sentions de notre côté le besoin d'une expérience nouvelle, de faire autre chose que ce que nous avions toujours fait. Après avoir brassé des montagnes de paperasses pendant 30 ans, je me suis retrouvé à brasser du ciment et de la terre. Les débuts ont été difficiles car il a fallu passer par le processus d'apprentissage d'une activité nouvelle. Nous voici donc avec une vocation nouvelle pour les années à venir. Bien sûr, ce n'est pas un modèle que je vous propose, mais simplement une illustration de sa propre prise en charge à la fin de l'âge mûr.

Pour revenir à nos moutons, j'aimerais que vous réfléchissiez aujourd'hui et demain sur ce que vous faites, sur ce que vous aimeriez faire. Si vous explorez cette question dans la perspective d'un nouvel apprentissage, je pense que notre colloque aura atteint un de ses principaux objectifs. Je le souhaite et je suis sûr que vous allez y mettre du vôtre.

Nicolas Zay
Directeur du Laboratoire
de gérontologie sociale
Université Laval

Le 1er juin 1983

Le rôle du Comité provincial Éducation 3e âge, par madame Thérèse Tremblay

Le rôle du comité est de m'assister, souligne madame Tremblay, dans la poursuite des objectifs que nous nous sommes fixés; il est aussi d'éclairer la Direction générale de l'éducation des adultes sur les orientations qu'elle doit prendre: il consiste à faire des recommandations en vue de créer et de mettre au point des moyens et des modes d'action susceptibles d'aider les personnes âgées à se prendre en charge.

S'appuyant sur le postulat que se connaître, s'accepter, s'aimer, c'est s'adapter, le Comité provincial Éducation 3e âge s'est demandé comment le ministère de l'Éducation pouvait aider les personnes âgées à relever ce défi. Il s'est demandé comment il pouvait contribuer à faire que les personnes âgées se prennent en charge et participent à la vie de la communauté. Ce faisant, il cherchait un moyen d'aider les personnes âgées à s'aider et à aider les autres.

Inscrite dans un phénomène de croissance que seul le vécu peut nous apporter, la vieillesse est une école en soi et nous devons mettre au point des mécanismes pour que les personnes âgées deviennent capables de trasmettre et de faire partager leur expérience de vie.

Les moyens et les modes d'action, la sensibilisation et l'information devront permettre aux personnes âgées de devenir des éléments dynamiques de leur formation, et faire en sorte qu'elles mettent à profit leurs acquis.

C'est dans cet esprit que les membres du Comité provincial réagissaient favorablement à la proposition que je leur présentais en décembre 1982 à l'effet d'organiser un colloque permettant de donner la parole aux aînés.

Le titre de cette rencontre, "La formation continue pour les personnes du 3e âge, ça donne quoi?", pose donc une question dont la réponse revient aux personnes intéressées et engagées dans le processus de la formation continue au 3e âge (1).

Thérèse Tremblay
Responsable du dossier
Préparation à la retraite
et 3e âge,
à la DGEA du ministère de
l'Éducation du Québec

---

(1) On trouve à l'annexe .01 la liste des membres du comité provincial.

Présentation d'expériences éducatives

1- M. Jean-Pierre Richard, Commission des écoles catholiques de Montréal (CECM)

- c'est d'abord et avant tout les personnes retraitées qui ont bâti le cours de préparation à la retraite à la CECM, cette dernière ayant été amenée à s'intéresser au 3e âge depuis 1976;

- il est primordial que les personnes qui interviennent au 3e âge proviennent des différentes catégories d'âge; à la CECM, on favorise les échanges entre les groupes d'âge et l'intervention de ceux-ci sur les questions du vieillissement;

- c'est par un contact soutenu avec les organismes du milieu et les responsables du 3e âge que furent développées les interventions de la CECM; elles consistent en:

  a) cours formels (30 heures ou 45 heures)

     1. cours de relations humaines en fonction des besoins et des intérêts des personnes du 3e âge;

        . ces cours brisent la solitude qui accapare souvent les personnes;
        . ils recréent des réseaux de communication;
        . ils assurent la présence des personnes âgées dans la vie sociale;
        . ils facilitent l'adaptation;

. ils permettent l'expression de soi sur des situations difficiles à vivre, tels les deuils, les relations familiales, les inquiétudes diverses;

2. cours d'approche auprès des personnes âgées;

. ces cours s'adressent aux personnes désireuses de travailler auprès des personnes âgées et facilitent les interventions adaptées aux besoins et attentes du 3e âge;

3. cours d'animation;

4. cours de travail en groupe.

b) cours sur mesure

cours suivant les intérêts et les désirs des organismes; ils sont pensés en fonction de ce que les gens réclament; ces cours peuvent être composites, comprenant par exemple une partie animation, une partie travail en groupe, une partie relations humaines;

c) cours école-organismes

des animateurs travaillent avec les organismes sur une longue période, favorisant ainsi un type d'animation dite communautaire; ces interventions ont pour but d'aider les organismes à se structurer, à se définir, à planifier leurs projets, à les réaliser;

- les services de l'éducation des adultes de la CECM répondent aux besoins sur demande, la situation du 3e âge constituant une question prioritaire;

  ex. des cours d'aide aux mourants ont été donnés aux bénévoles qui y travaillent

- selon les besoins en interventions, les personnes ressources sont choisies, sans distinction d'âge, la caractéristique dominante étant celle de la qualité de l'intervention;

- la CECM cherche à assurer un suivi pédagogique notamment par l'adaptation des méthodes et par l'assurance qu'il s'agit bien des besoins de l'individu et non des intérêts de l'organisme;

- la publicité des cours et la sensibilisation auprès du milieu sont sous la responsabilité des services de l'éducation des adultes qui procèdent par la voie des journaux, des dépliants et des divers médias (tel la radio).

2- Mme Claire Lamon, animatrice à l'Académie de gérontologie de l'Outaouais

- le Centre des études universitaires dans l'Ouest québécois (CEUOQ)

  1974-1975: une personne est déléguée en Europe au congrès annuel des universités du 3e âge

  1977 : les services à la collectivité, avec la collaboration de la CSRD, offrent des sessions de préretraite et des cours sur divers aspects du vieillissement

  1979 : une demande d'incorporation est faite et l'Académie de gérontologie de l'Outaouais voit le jour

- le CEGEP de l'Outaouais

  1975 : les responsables de l'éducation des adultes mettent à la disposition des aînés, pour les fins de semaine, une cabane en bois rond construite par les étudiants adultes et les gestionnaires de l'éducation des adultes

  1978 : le service de l'éducation des adultes s'engage dans la formation au 3e âge

  1980 : 600 étudiants aînés participent, dans ce cadre, aux activités éducatives à l'intérieur du collège et en périphérie grâce aux lettres d'entente avec les différentes commissions scolaires

- les commissions scolaires régionales

  1979-1980 - de l'Outaouais: 1 000 h./gr. d'activités éducatives aux aînés

  1979-1980 - Henri-Bourassa: 500 h./gr.

  1979-1980 - Papineau: 150 h./gr.

- les activités d'éducation populaire: en 1979-1980, le mouvement de concertation régionale développe un projet d'activités d'éducation populaire pour les personnes du 3e âge dans l'Outaouais. Présenté à la DGEA, ce projet reste sans écho: il aura pour avantage de favoriser le regroupement des gens autour de l'Académie de gérontologie.

- Académie de gérontologie:

  - organisme à but non lucratif

  - ses partenaires sont l'Université du Québec à Hull (instigatrice), les intervenants du milieu en matière d'éducation aux adultes, c'est-à-dire les commissions scolaires, le CEGEP de l'Outaouais, les organismes socio-culturels, de santé, et les organismes du "troisième âge"; les aînés occupent une place importante dans toutes les activités de l'Académie de gérontologie;

  - son conseil d'administration comprend 9 personnes dont 3 représentants des aînés, 3 représentants de l'Université du Québec, et 3 représentants des divers organismes; un comité exécutif gère les affaires courantes;

- la mission de l'AGEO est de répondre aux besoins des gens du 3e âge de la région de l'Outaouais

  "a) en facilitant l'organisation d'activités éducatives;

  b) en aidant ses membres à se protéger contre les abus publicitaires;

  c) en les renseignant sur tout ce qui peut leur rendre service;

  d) en poursuivant la recherche requise pour accomplir sa mission". (1)

- ses objectifs sont:

  . de contribuer à élever le niveau de vie des aînés;

  . d'améliorer leur santé;

  . de leur faciliter l'accès au patrimoine éducatif et culturel du milieu;

  . de favoriser leur maintien et leur réinsertion dans la société. (2)

- l'Académie contribue en outre à la promotion sociale des aînés en recherchant de nouveaux modèles, de nouveaux rôles, selon une philosophie de prise en charge par les aînés des activités qui les concernent.

---

(1) Académie de gérontologie de l'Outaouais, Sa mission et ses réalisations, mai 1983; ce document est déposé à l'annexe .02.

(2) L'Académie travaille donc à "la prévention du vieillissement précoce ou pathologique", à "l'amélioration du niveau de vie des retraités" et au "développement de l'éducation au troisième âge"; voir à ce sujet la publication Information CIGS (Centre international de gérontologie sociale), oct.82; ses réflexions font suite à la conférence internationale de gérontologie sociale de Douville (France), en 1982.

- les activités éducatives:

  . visent le développement intégral de la personne;

  . correspondent aux besoins exprimés par les groupes du milieu et les membres de l'Académie;

  . favorisent le rattrapage, le recyclage chez les gens qui n'ont pas eu la chance de poursuivre leurs études en bas âge;

  . tiennent compte des spécificités d'apprentissage chez l'adulte aîné et des recommandations pédagogiques de la gérontologie éducative;

  . tiennent compte également du réinvestissement social des projets éducatifs;

  . tendent à développer des cours de formation de formateurs afin de favoriser le leadership des aînés et de leur aider à découvrir de nouveaux rôles sociaux; (1)

  . supportent l'action communautaire et stimulent les projets qui ont du réinvestissement au niveau collectif, tout en assurant l'autonomie des groupes et en évitant le contrôle coercitif; (2)

---

(1) Exemples: les cours de formation d'animateurs pour les ateliers de préretraite, de soirées récréatives; les cours de formation de bénévoles et de guides touristiques.

(2) Exemples: le projet des filles de St-Jean Bosco; gîte et petit déjeûner; le théâtre de marionnettes dans les écoles.

. génèrent aussi des projets auxquels elles offrent le support nécessaire au démarrage (1); l'AGEO met en valeur les activités qui augmentent les connaissances et la créativité, développent les habiletés nouvelles, suscitent les changements de comportements et d'attitudes tout en favorisant le réinvestissement social.

- les activités de recherche

  . tendent à une meilleure connaissance de la personne vieillissante;

  . favorisent la mise en commun des connaissances sur le 3e âge et sur le processus de vieillissement;

  . permettent la diffusion des résultats de recherche par des activités appropriées d'information;

  . privilégient, quoique les priorités soient à déterminer, la recherche-action permettant

    - de connaître la population des personnes âgées de l'Outaouais;

    - d'identifier les caractéristiques socio-économiques des personnes âgées de l'Outaouais et d'en étudier les incidences pour l'orientation des actions à poser;

    - d'établir une banque de personnes âgées pouvant contribuer à divers titres aux activités de l'AGEO ou à celles d'organismes autres (2)

---

(1) Exemple: l'atelier de sculpture à Saint-Raymond.

(2) Académie de gérontologie de l'Outaouais, Sa mission et ses réalisations, mai 1983.

- les activités d'information

  . pour répondre aux besoins d'information, l'AGEO prévoit mettre sur pied des mécanismes permettant de sensibiliser la population à la problématique du vieillissement

- les organismes du milieu (CLSC - Education - Municipalités) collaborent avec l'Académie et la reconnaissent comme une intervenante importante en matière d'éducation aux adultes aînés.

3- Mme Nicole Desruisseaux, infirmière
CLSC Arthur-Caux, Laurier-Station

- l'équipe du CLSC est composée de 5 personnes qui ont pour préoccupations les dimensions éducatives et préventives concernant les personnes âgées; l'équipe supporte ces dernières dans leurs projets.

- de son côté, le Comité de citoyens du 3e âge, qui regroupe des représentants des clubs de l'âge d'or de la région, se réunit régulièrement au CLSC afin d'identifier les problèmes vécus par les personnes âgées pour ensuite intervenir; on pense, par exemple, au problème du transport dans la région:

  . un sondage a été effectué par le comité auprès des personnes âgées afin d'identifier les problèmes du déplacement (plus de 1 000 répondants);

  . une analyse des données a été effectuée et a débouché sur un projet de mise sur pied d'un service de transport en commun;

  . on a essayé aussi de voir comment rémunérer un voisin ou un aide qui mettrait sa voiture à la disposition des requérants (entraide et covoiturage).

- des activités de conditionnement physique ont été mises sur pied par un éducateur et diffusées dans les régions; elles ont eu pour conséquence de former des moniteurs âgés dans les paroisses; ces agents multiplicateurs font que les groupes d'activité

physique comptent maintenant environ 500 participants; des thèmes à portée sociale sont occasionnellement abordés; l'un fut déjà l'activité physique comme moyen de rompre la solitude

- des cellules-santé permettent de rejoindre les quelque 2 500 personnes âgées du secteur; elles constituent de petits regroupements de 8 ou 10 personnes; elles sont dites de bout de rue, de bout de rang ou de bout de village; elles réfléchissent sur des thèmes relatifs à la santé; elles regroupent chez un hôte ou chez une hôtesse qui reçoivent une formation à cette fin; leurs démarches consistent à identifier les problèmes et les vécus de santé; un thème est choisi et traité; par exemple, on discute de la solitude, de ses causes, et de ses effets sur la santé physique et psychique; les démarches identifient également la situation des gens par rapport aux soins médicaux et pharmaceutiques; elles s'adressent de plus aux femmes seules du 3e âge, dans le but de reconnaître des mesures susceptibles de les aider et de les supporter

- l'équipe du CLSC vise, d'autre part, à permettre l'émergence de moyens susceptibles de favoriser l'implication des personnes du 3e âge.

4- Louis Plamondon, service aux collectivités, Université de Montréal

- l'université contribue à la formation auprès du 3e âge notamment par le prêt de formateurs.

- elle intervient par des programmes de préretraite, entre autres à l'endroit des employés des centrales syndicales.

- une partie des interventions sont des activités de recherche.

- des cours de formation et différentes activités éducatives ont été mis sur pied pour sensibiliser les gens du 3e âge à leurs droits et aux divers aspects juridiques, sociaux, culturels et économiques qui leur sont relatifs.

- en collaboration avec l'Association québécoise pour la défense des droits des retraités, une exposition itinérante fut organisée à partir d'affiches réalisées par les personnes du 3e âge; celles-ci furent agrandies par Radio-Canada et font l'objet d'expositions régionales et d'un vidéo accessible au public; ces affiches illustrent les problèmes des personnes du 3e âge, en dessinent les causes et en esquissent les solutions.

- l'Université de Montréal favorise la concertation avec les différents milieux, plus particulièrement avec la

CECM, de manière à éviter le dédoublement des tâches et des interventions en formation au 3e âge; la CECM fait de même, des ententes intervenant avec les cégeps et les CLSC.

- chaque milieu (scolaire ou autres) intervient en fonction de ses objectifs et des tâches qui font partie de ses règlements et statuts

- une caractéristique de la formation continue au 3e âge est la flexibilité au niveau des inscriptions et de l'accueil; les prérequis ou les acquis de formation peuvent trouver des équivalences selon les expériences antérieures de la personne désireuse de poursuivre sa formation.

5- André Thibault, responsable du programme de gérontologie, Université de Montréal

- l'Université de Montréal décerne un certificat en gérontologie; elle met en oeuvre les disciplines de base qui affectent les pratiques auprès des personnes âgées, soit la physiologie, la psychologie et les sciences sociales; elle fait appel aux dimensions sociales de l'intervention, commandant des notions de droit, de politique sociale, d'intervention communautaire; un volet "santé" est aussi de la programmation, telles les questions afférentes aux médicaments, ou à la nutrition; il y a aussi l'entraînement aux habiletés d'intervention et au travail en équipe multidisciplinaire.

- un constat s'impose: celui de l'augmentation de la clientèle âgée parmi la population étudiante; on retrouve particulièrement les retraités et les préretraités qui désirent s'engager d'une manière intensive et suivie dans les associations des personnes âgées ou dans des groupes bénévoles; par exemple, un administrateur de carrière veut participer à la préparation à la retraite des administrateurs, ainsi que dans la désintoxication; ou encore une infirmière décide d'être conseillère bénévole en santé auprès des personnes âgées; ou encore un enseignant du secondaire met à la disposition des gens de sa génération ses compétences pédagogiques; ou enfin une artiste peintre s'oriente vers des interventions de formation à la créativité: ces situations sont autant d'exemples du type de clientèle âgée que l'on retrouve inscrite au certificat en gérontologie.

- outre l'inscription au certificat, les personnes âgées peuvent être présentes comme étudiants libres; la non-reconnaissance des crédits n'oblige pas aux examens; les exigences d'admission ne requièrent pas le diplôme d'études collégiales, non plus que celui d'études antérieures, celui du cours classique par exemple; les personnes admises, sans diplôme collégial, ont pour acquis de formation une expérience de vie qui sert d'équivalence et qui fait qu'elles s'ennuieraient dans des cours de niveau moindre; leurs lectures antérieures, leurs activités les rendent admissibles à ce niveau de scolarité.

- l'Université de Montréal entend développer la recherche-action, créant ainsi une relation d'échange entre les gens du certificat et les divers organismes; ainsi les travaux effectués à l'intérieur des cours pourront servir de clarification des données et de recherche pratique auprès des personnes du 3e âge.

- une des traditions de la Faculté d'éducation permanente de l'Université de Montréal est l'enseignement hors campus; les régions desservies sont celles qui ne le sont pas par les universités Laval, de Sherbrooke, du Québec à Hull, à Trois-Rivières et à Chicoutimi; ce qui ouvre comme territoire tout le Montréal métropolitain, l'axe des Laurentides, la vallée du Richelieu, le Bas-du-Fleuve.

- la majorité des chargés de cours sont des intervenants dans le milieu ayant, soit par la recherche, soit par leur formation universitaire, soit par leur expérience

professionnelle, une capacité intellectuelle apte à enrichir la dimension pratique; on privilégie en quelque sorte un modèle d'intellectuel alternatif par rapport à l'intellectuel "plein temps"; la recherche est donc appliquée, engagée dans le milieu même de l'intervention; ceci permet que le contenu des cours, important au plan théorique, soit complété par les diverses réalités régionales; les chargés de cours viennent donc des régions où ils travaillent, et interviennent sur les lieux mêmes de leur pratique.

6- Interventions de l'assemblée

- les cours de préretraite seraient déjà en partie démodés, surtout s'ils ne produisent pas les effets attendus et ne changent pas l'isolement dans lequel les gens s'enferment;

- il faudrait se méfier d'organiser le monde, de vouloir organiser les étapes de leur vie; l'important est de prendre les personnes là où elles sont, dans leur communauté, dans leur village et leur quartier, et de procéder avec elles en fonction de ce qu'elles ont à faire;

- il serait important de donner des cours de formation professionnelle aux personnes du 3e âge, cours qui déboucheraient sur des tâches;

- des cours d'aide aux mourants seraient de nature à intéresser les personnes du 3e âge;

- il pourrait être en partie du mandat des commissions scolaires d'informer et de sensibiliser le milieu des différentes possibilités de formation et de rendre public les cours offerts;

- le retraité ne serait pas par définition exclu du travail rémunéré;

- le problème du transport des retraités est majeur, à plus forte raison dans les régions rurales où il n'y

a pas de transport en commun; pour remédier à ce problème il faut développer la notion d'entraide et calculer les coûts du covoiturage en fonction des distances;

- la diffusion du certificat en gérontologie n'est pas également répartie sur l'ensemble du territoire québécois, par exemple:

  le programme de gérontologie à temps partiel de l'université du Québec à Trois-Rivières, développe plus l'aspect social que l'aspect clinique, et les clientèles intéressées ne peuvent compléter leur formation par le programme de l'Université de Montréal puisqu'elle ne dessert pas les régions déjà couvertes par d'autres universités; il revient donc aux régions de développer leur certificat en gérontologie de manière à le rendre comparable à celui de l'Université de Montréal; une autre solution réside dans les ententes inter-universitaires visant à parachever les formations manquantes d'un programme en cours.

Rapports d'atelier

1. Carrefour culturel des générations

Secrétaire: Louis-Roland Paradis, t.s.

Personne ressource: Raymond Champagne

Afin de favoriser les relations intergénérationnelles, l'Université du Québec à Trois-Rivières, par l'intermédiaire de Raymond Champagne, directeur du Laboratoire de gérontologie, présente sous forme de vidéo son projet intitulé: "Ecole, carrefour des générations".

Il s'agit d'une rencontre dans un cadre scolaire et dans un milieu de vie quotidienne entre des aînés retraités et des pré-adolescents.

Le documentaire repose au départ sur trois questions ou formule ou formule trois hypothèses:

a) la personne âgée a quelque chose à donner

b) où peut-elle être utile?

c) peut-être à l'école afin de communiquer certaines expériences d'un passé pratico-pratique.

En somme, il s'agit pour l'enseignant d'utiliser à son escient le retraité comme personne ressource, sans se substituer à quiconque.

L'expérience vidéo présente le tout d'une façon simple et dynamique; les échanges qui suivent sont valorisants.

Après avoir sans doute entendu parler d'expériences identiques, les participants de l'atelier demeurent assez surpris, passant de l'approche théorique au fait concret et accompli. C'est dans ce climat que la discussion s'engage.

On reconnaît alors que l'aîné retraité a certes quelque chose à apporter aux jeunes en matière éducative, en raison d'un passé riche, d'une expérience accumulée, de l'antériorité historique des us et coutumes de maintenant.

Le terme "expérience" revient fréquemment, un peu comme si l'on en prenait conscience de plus en plus.

Les participants à l'atelier reconnaissent, à la suite du visionnement de "Ecole, carrefour des générations", que, en agissant comme personne ressource en milieu scolaire, le retraité ne fait que récupérer le rôle d'éducateur qu'il a toujours eu, au sens non académique du terme.

Cependant, la majorité souligne le manque de confiance en elle-même qu'éprouve la personne âgée en général pour accomplir une telle tâche.

Il reviendrait aux enseignants qualifiés de découvrir localement de si utiles ressources humaines et de prévoir avec elles un mode d'intervention scolaire profitable tant aux aînés qu'aux pré-adolescents.

Ce mode d'intervention rejoindrait ainsi la recommandation 34 de la Commission d'étude sur la formation des adultes (Commission Jean, 1982) lorsque l'on déclare:

"Que les retraités soient reconnus comme ressources éducatives; que les écoles primaires et secondaires, entre autres, fassent appel à leurs témoignages auprès des jeunes comme porteurs de la tradition orale..."

En somme, l'idée est reconnue en toute logique; le visionnement du vidéo plaça les participants devant "un fait presque accompli", dans un milieu donné; il s'agit de voir maintenant comment cela peut s'intégrer ailleurs, d'autant plus que Raymond Champagne, personne ressource de l'atelier, est ouvert à une discussion plus poussée.

Les partiticipants discutent ensuite de la nécessité de démystifier certains termes se rattachant à l'image de "l'école traditionnelle". Ainsi, dans une optique de rencontres-échanges-participations, on soutient que les retraités se montreraient beaucoup plus à l'aise et confiants d'aborder un dialogue valable et intergénérationnel.

On soutient en outre que, habituellement, les aînés demeurent réceptifs et communicatifs. Ils ne manquent pas d'imagination, ce qui leur donne une porte ouverte sur le monde de l'enfance et de l'adolescence.

En bref, l'atelier s'avéra enrichissant à plus d'un point de vue. Il n'apporta aucune solution toute faite cadrant avec des stéréotypes.

On prit connaissance d'une expérience vécue en s'interrogeant sur les manières et sur les façons de l'adapter ailleurs, afin que les aînés puissent s'intégrer davantage dans la société actuelle.

2. Différentes approches auprès des retraités et des pré-retraités

Animatrice: Renée Lafrenière

Secrétaire: Danielle Vallières

Personnes ressources: intervenants de la CECM

2.1 Allocution de Mme Lise Goulet Jean (1) et interventions

Trois types de cours sont offerts à la CECM (2):

a) Cours de relations humaines: les objectifs de ces sessions sont

- de faire retrouver aux auditeurs des rêves oubliés pendant la période plus active des 25 à 50 ans du monde du travail;
- de faire revivre le désir de se réaliser, de se dépasser et d'atteindre de nouveaux buts.

b) Dynamique à la retraite: les sessions conduisent principalement à deux buts: l'un d'information, et l'autre de réflexion-action

---

(1) Mme Goulet Jean est devenue animatrice de cours en formation continue auprès des personnes du 3e âge à la suite de la maladie de sa mère qui lui fit prendre conscience de la richesse des expériences des personnes âgées.

(2) Commission des écoles catholiques de Montréal.

c) Croissance à la détente et à la relaxation: ces sessions apprennent aux personnes âgées à écouter ce qu'elles ont au fond d'elles-mêmes, à détecter leurs problèmes, à identifier leurs réactions psycho-physiologiques; bien qu'aucune méthode de détente ne soit privilégiée, on emploie régulièrement la méthode de l'imagerie mentale laquelle aide les personnes à découvrir leurs véritables besoins et attentes à l'égard de la période de la retraite.

Les participants reconnaissent la valeur de ces différents cours: ils leur profitent ainsi qu'à l'environnement; par eux, les personnes découvrent de nouvelles orientations à leur vie, qui sont sources de valorisation.

"Les Joyeux retraités de Longueuil" illustrent une application concrète de ces cours; leur association est devenue une école où les membres apprennent à travailler, à fonctionner en groupe et à développer des outils d'adaptation à la retraite.

Il faut éviter cependant que les cours soient trop spécialisés ou spécifiques à un groupe d'âge déterminé, comportant trop de contraintes et une rigidité inopportune; d'autre part, si on n'aborde pas les sujets tabous, on fait preuve d'étroitesse d'esprit.

En général, on favorise cependant le regroupement des personnes en fonction d'un mobile commun, sans distinction d'âge, de manière à créer des interrelations profitables

à chacun; dans ce cadre,les jeunes apprennent à s'adapter aux plus âgés, à leur lenteur, ils apprennent d'eux à accepter leurs parents, à découvrir leurs aînés; chez ces derniers, on note cependant une certaine gêne à exprimer leurs émotions et à livrer leur expérience vécue. On ne se raconte pas facilement.

Une question doit être soulevée par ailleurs: n'y a-t-il pas un 4e âge? Ceci pour constater que les cours à la retraite et à la préretraite sont plutôt pensés en fonction des gens actifs ou mobiles. On doit alors se méfier que ces cours ne soient que "de fuite à la retraite", n'apprenant pas aux gens à affronter l'éventualité d'être moins agiles dans un avenir rapproché et essayant sans cesse de leur redonner la jeunesse plutôt que de leur apprendre à vieillir. La reconnaissance d'un quatrième âge devrait commander une formation requise de la part des organismes d'éducation permanente.

2.2 La formation sur mesure par M. Claude Paré

Les cours de formation sur mesure sont des sessions adaptées aux besoins identifiés par l'organisation demanderesse, ou par le consultant, l'animateur ou par toute autre personne. Le contenu et les objectifs ne sont pas prédéterminés. Ils répondent spécifiquement à des demandes précises.

Le rôle de l'intervenant est d'informer l'organisation demanderesse, de structurer les ateliers en fonction de la demande et de servir de consultant quant à la problémа-

tique et aux objectifs des cours en cause. L'intervenant peut aussi agir comme animateur dans un groupe donné, ce qui a pour effet d'aider au fonctionnement par l'évaluation continue de l'état et de la régression du problème abordé.

2.3 Intervention de M. Jean-Pierre Richard

Selon M. Jean-Pierre Richard, la réussite d'une session de formation sur mesure dépend en grande partie de l'attitude de l'intervenant; ce dernier doit faire:

- que le langage adopté soit très concret et adapté à la clientèle cible;

- qu'aucune activité ne remette en question les valeurs des gens;

- que l'on respecte les idées des personnes;

- que le choix des activités soit motivé par les valeurs, le rythme et les conditions de vie;

- que le travail s'effectue d'abord en groupes importants pour faciliter l'adaptation et qu'il se continue en groupes restreints, facilitant ainsi une intégration plus avancée;

- que le début de la relation se passe sur le modèle "professeur-élève" pour se modifier par la suite de manière à ce que l'intervenant se tienne en retrait.

2.4 Intervention de Mme Lucette Parent-Fournier

"L'approche auprès des personnes âgées" est un cours de 45 heures qui s'adresse aux intervenants bénévoles en milieu de travail.

La difficulté à surmonter est celle de sensibiliser les bénévoles au rôle d'accompagnement qu'ils doivent jouer auprès des employés et des personnes âgées dans les institutions spécialisées.

Le personnel de la CECM identifie les besoins du milieu en formation continue; il lui est cependant difficile de les démarquer, les besoins étant souvent ceux des organismes plutôt que ceux des principaux intéressés, soit les personnes du 3e âge. Pour remédier à ce manque, il faudrait définir ce qu'est la demande éducative au 3e âge, identifier la perception des intervenants et des "auditeurs" de la formation sur mesure et caractériser l'investissement nécessaire. Ce qui permettrait par la suite de définir les objectifs d'intervention et le cadre d'action de la formation sur mesure.

En fait, toute la situation de la formation sur mesure repose sur cette dimension: celle de bien cerner le besoin réel de la clientèle. A cela s'ajoute la possibilité de mettre sur pied des cours et des sessions de formation qui privilégient l'aspect social des rencontres, de manière à aider le 3e âge à sortir de l'isolement dans lequel il se retrouve trop souvent.

3. Méthodes actives d'information juridique au 3e âge

Animatrice: Carole Coulombe

Secrétaire: Yvon Villeneuve

Personnes ressources: France Mainville
Diane Lépine
Dany Lachance
Faculté de droit Université de Sherbrooke

Différentes méthodes pédagogiques sont utilisées en droit à l'Université de Sherbrooke dans le programme d'information juridique pour les personnes âgées.

Ce programme est orienté uniquement sur les besoins juridiques du 3e âge. Ils furent identifiés par une enquête dans la région de Sherbrooke. Celle-ci démontre que les personnes âgées savent peu de choses sur leurs droits et sur certaines lois importantes qui les touchent de près.

Les cours se caractérisent aussi par leur méthode d'enseignement: on privilégie le jeu. On emploie par exemple certaines formes d'animation comme:

- les pièces de théâtre
- les jeux de société
- les diaporamas
- les casse-tête
- les jeux de cartes
- la simulation
- etc.

On peut ainsi apprendre, par le jeu, ce qu'est un contrat, ce que l'on doit y retrouver, ou encore se sensibiliser au code de la sécurité routière. L'insistance marquée à Sherbrooke concerne donc tout autant l'aspect contenu, en l'occurrence la formation juridique, que l'aspect pédagogique où l'on privilégie une forme d'intervention pratique, imagée et ludique.

Les cours sont gratuits et sont dispensés dans les locaux des différents organismes de la région de Sherbrooke.

4. Moyens d'apprivoiser la solitude à la retraite

Animateur: Serge Cloutier

Secrétaire: Louise Bellemare

Personne ressource: Lila Deschamps

Chaque personne porte en elle une solitude... Dès la naissance, une fois séparé de sa mère, un individu commence à vivre seul. Il doit tirer parti de sa solitude, en découvrir le sens positif, car elle permet la connaissance intime de soi et l'atteinte graduelle d'une sérénité personnelle.

La solitude n'est toutefois pas l'isolement. Ces deux concepts pourtant ne sont pas distants; ils nourrissent en effet des connotations souvent négatives ou positives qui, somme toute, ont trait à un vécu comparable ou à une même manière de les percevoir.

Les côtés négatifs effraient. On cherche à éviter d'entrer en solitude; cette dernière, non voulue, ni désirée, accapare la personnalité, devient pénible pour lui. Mais il y a aussi la solitude agréable, souhaitée, enrichissante pour se découvrir soi-même et découvrir la manière de se comporter avec les autres.

Parmi les causes de la solitude, perçue négativement, il y a la crainte des autres et la peur d'être trahi.

Les différents moyens d'y remédier sont de:

1. procéder à son propre bilan médical et de maintenir son tonus cérébral;

2. suivre un cours de préparation à la retraite ayant pour thème "planifier sa solitude";

3. apprendre à s'accepter et à être seul pour réfléchir

4. faire le pont entre les générations et de ne pas encourager les différences entre le 3e âge et les autres parties de la population;

5. établir une communication avec les autres et d'exprimer ses besoins, ses sentiments;

6. s'accepter d'abord et ensuite accepter les autres;

7. rédiger son "journal intime";

8. ne jamais perdre de vue qu'apprivoiser la solitude est un phénomène continu.

Ces orientations doivent être appuyées de mesures concrètes. On pense à des sections de bibliothèque contenant des livres à gros caractères; ou encore on imagine des lectures communes qui seraient faites par des bénévoles; on pense aussi à des séminaires de lecture comme source d'émancipation.

Ces mesures et constats font suite au texte "La solitude" de Mme Lila Deschamps introduisant au thème de l'atelier.

Texte de madame Lila Deschamps introduisant la discussion sur les "moyens d'apprivoiser la solitude".

LA SOLITUDE

Parler de solitude, c'est ouvrir un éventail de sentiments presque infini. De la solitude souhaitée, désirée, préparée judicieusement, à celle acceptée avec réserve, subie avec résignation, voire avec amertume, mélancolie, tristesse, haine qui tourne au désespoir, il y a mille nuances, impossibles à décrire.

J'ai consulté un dictionnaire qui parle des "charmes" de la solitude. Pourtant j'ai posé la question à des personnes de mon entourage, à des amis, à des connaissances, à des parents et la résonance du mot "solitude" provoque souvent un serrement de coeur. Est-ce la crainte d'être seul devant les soucis, les inquiétudes, la maladie, la crainte de ne pouvoir trouver, seul , les solutions aux problèmes qui, inévitablement, se poseront un jour ou l'autre?

Pour certains, la résonance est toute autre. Harassés par les exigences de leur travail, le tohu-bohu de la ville, la course effrénée vers le succès, la réussite à tout prix, ils rêvent d'un coin perdu, loin à la montagne, au bord d'un lac aux eaux calmes et limpides, où peut-être ils pourront pêcher quelques truites? Et puis, ils iront s'oxygéner dans les sentiers naturels, sous-bois, en humant, à pleins poumons, l'odeur revigorante des pins, des sapins ou des épinettes. Il y aura aussi les aurores aux couleurs de rêve qu'il ne faudra pas manquer et les couchers de soleil qui couvriront

le lac d'or rose. En marchant dans les sous-bois, retrouver l'odeur de l'herbe, le bruit des cailloux sous les pas, l'air frisquet des matins pâles, enfin le plaisir d'épouser de l'aube à la nuit la courbe du jour dans la SOLITUDE sereine ardemment souhaitée.

Ce qui me fait penser aux vacances que les gens préparent longtemps d'avance, avec des amis, par crainte de la solitude, en reviennent plus fatigués qu'au départ, le compte en banque à sec... ou presque, sans compter les déceptions vécues. Il y a la mère de famille qui, malgré les doléances des enfants, les soucis, les inquiétudes, les exigences du mari, la tendresse ou la gratitude qu'on lui témoigne espère,elle aussi, des moments de solitude comme l'oasis des passagers du désert.

Je pense aussi au malade chronique, seul, sans famille, parfois sans amis, souvent devenu amer à cause du trou profond de sa solitude où il s'enlise, toujours un peu plus profondément chaque jour, sans espoir d'en sortir.

L'alcoolique qui boit souvent pour oublier sa solitude. Malgré les amis d' casion avec qui il perd tant de temps...presque tout son temps à rire, à blaguer, à discourir, à... pleurer sur le vide de sa vie.

Aussi, il y a la solitude de certaines femmes seules: veuves, célibataires, divorcées, délaissées qui assument très mal leur rôle dans la société. Parce qu'elles sont timides, elles n'osent pas s'intégrer, assumer des responsabilités, des devoirs que le bénévolat, par exemple, pourrait leur imposer, ou adhérer à des groupes structurés qui combleraient le vide de leur solitude. Elles semblent aimer leur chagrin et s'y complaire.

Désespérée... la solitude des amoureux séparés. Quand tout est fini, sans espoir de retour, que les souvenirs s'estompent à travers les larmes, le téléphone ne sonne plus, les lettres n'arrivent plus... et le temps, l'attente s'éternise dans la solitude.

De toutes les solitudes vécues, subies, j'imagine que la pire est celle que les enfants, les handicapés, les parents, les grands-parents, les vieux éprouvent lorsqu'ils sont abandonnés par les leurs.

J'ai eu l'occasion de visiter des personnes vivant dans des établissements spécialisés dans le soin des gens âgés et des hôpitaux pour enfants; j'en suis toujours sortie presque malade, ulcérée, profondément malheureuse et triste. Je m'empresse d'ajouter mon admiration profonde pour le personnel médical et infirmier qui oeuvre dans ces milieux. Certes, il y a sûrement des gens heureux qui y vivent, qui acceptent leur sort de bonne grâce par qu'on leur offre de petits cadeaux, qu'on leur accorde des attentions, qu'ils reçoivent la visite de parents, d'amis, de connaissances venus leur témoigner de l'affection, de la tendresse... mais les autres, les oubliés, les délaissés qui n'ont jamais de visites, qui attendent la fin... dans une mélancolie constante, sans lueur d'espoir! Pour eux, c'est la solitude totale, subie pendant des années souvent jusqu'au stade du gâtisme. J'ai mal jusqu'au tréfonds de mon être à penser à tous ceux qui meurent de cette solitude. Pourquoi la société dite civilisée est-elle si cruelle?

Vous qui m'écoutez, si vous avez la solution, il faut la crier très fort pour que le monde entier l'entende. A la lumière de

mon expérience personnelle, vécue, j'ai trouvé des moyens d'apprivoiser ma solitude, j'aimerais bien les partager avec vous.

Je vous invite donc à me parler de votre solitude, heureuse ou malheureuse.

5. Séjours culturels des aînés (Elder Hostel)

Animatrice: Fleurette Croteau

Secrétaire: Alain Carrier

Personne ressource: Roland Doyon, Université Laval

Le séjour culturel des aînés (Elder Hostel) permet à des personnes de 60 ans et plus de passer une semaine comme pensionnaires dans un collège ou dans une université pour y suivre des cours et pour participer à des visites socio-culturelles.

Ce genre d'activités a été mis sur pied en Nouvelle-Angleterre en 1975. Les deux fondateurs, fascinés par la formule des auberges de jeunesse en Europe, décidèrent d'en appliquer les principes au 3e âge en associant "l'auberge" à la "culture".

Plus de 500 collèges font actuellement partie du réseau. Ceux-ci sont disséminés dans des Etats américains, au Canada (on en compte 37), en Europe et particulièrement dans les pays scandinaves.

Au Québec, seuls l'Université Laval et le Campus Bishop's de Lennoxville sont membres du Elder Hostel. De plus, l'Université Laval est la seule à offrir des cours en français au Québec. On dispense également des cours dans la langue de Molière à l'Université d'Ottawa, dans les Maritimes et dans deux universités américaines.

La maison mère est située à Boston. Pour le Canada, la plaque tournante est Frédéricton.

Le concept des "séjours culturels des aînés" répond à des besoins avant tout culturels. Il permet de répondre aux attentes de la personne âgée, au point de vue culturel et de trouver des solutions aux questions pratiques qu'elle se pose.

Outre les besoins culturels, la personne âgée satisfait également des besoins d'ordre sociologique. Elle apprend à vaincre la solitude et l'isolement. Le séjour culturel favorise la rencontre, dans un nouveau milieu; les gens peuvent échanger sur leurs expériences de vie.

La réponse aux attentes et aux besoins est directement reliée à la formule du séjour culturel. Les personnes âgées sont pensionnaires dans les résidences du campus qui les accueille; elles prennent leurs repas ensemble; elles se mêlent aux étudiants plus jeunes; elles effectuent des visites culturelles et suivent des cours.

A l'Université Laval, les trois cours mis à l'horaire, en 1983, portent sur la littérature québécoise, l'activité physique et l'anthropologie. La maison mère de Boston suggère habituellement aux responsables dans les universités ou dans les collèges de ne pas mettre au programme des cours de gérontologie , afin d'éviter la marginalisation. Toutefois, comme le souligne M. Doyon, on peut difficilement éviter complètement le sujet lorsqu'on s'adresse aux personnes âgées.

L'organisation de la semaine prévoit l'accueil des gens, le dimanche soir, par une réception de circonstance. Les cours débutent le lendemain, à raison de trois cours par jour jusqu'au vendredi. Un montant de 180 $ par personne est exigé pour la semaine, montant qui comprend le logement, la nourriture et les cours. Le coût du transport est aux frais des participants, de même que les repas pris à l'extérieur du campus.

L'âge pour l'inscription est fixé à 60 ans, encore qu'un conjoint peut être moins âgé.

Les cours ne comportent pas de travaux, ni d'examens. Des lectures sont toutefois suggérées.

L'assistance nécessaire aux personnes est assurée par l'université. Elle répond à des besoins médicaux ou d'encadrement. Les personnes s'y sentent en sécurité.

A l'instar de l'Université Laval, d'autres collèges devraient s'inscrire aux séjours culturels de manière à en compléter le réseau. Ce voeu est tout autant celui des participants à l'atelier que celui du présentateur, M. Doyon.

6. Les conditions de vie des retraités

Animatrice: Jeanne Routhier

Secrétaire: Jean-Marc Lessard

Personne ressource: Louis Plamondon

Les conditions de vie

Un vidéo est présenté dans cet atelier; il porte sur une exposition d'affiches préparée par l'Association québécoise pour la défense des droits des retraités et des préretraités (AQDR). Réalisées par les personnes du 3e âge, les affiches illustrent les problèmes qu'elles sont amenées à vivre; elles indiquent aussi des causes et des solutions.

Introduisant aux conditions de vie, ce vidéo est suivi d'une discussion. Il ressort que plusieurs retraités se disent insatisfaits des HLM dont l'insonorisation laisse à désirer. Leur accessibilité physique est aussi difficile, particulièrement pour les personnes à mobilité réduite. Les logements sont plus ou moins adaptés aux besoins des personnes du 3e âge.

D'autre part, les gens en centre d'accueil subissent malheureusement les décisions administratives. Il y aurait donc lieu que les responsables des centres d'accueil, des HLM et de l'Office municipal du logement soient plus sensibilisés aux besoins spécifiques des retraités pour qu'ils puissent mieux agir dans leur travail.

Un problème majeur que rencontre le 3e âge est celui du revenu. De là provient la majorité des autres problèmes, dont celui du transport. Ce problème est d'ailleurs amplifié pour les personnes qui habitent en milieu rural; plusieurs d'entre elles demeurent à plus de 50 kilomètres d'un hôpital ou d'une école.

Dans ce contexte, la possibilité de bénéficier des services diversifiés est rendue très précaire. Les gens moins fortunés ne sortent pas, n'en ayant pas les moyens. Ils restent donc à la maison, source d'ennui et parfois de maladie.

La formation

La formation offerte aux personnes âgées ne tient pas suffisamment compte de leur expérience vécue. Les programmes d'éducation sont souvent inadéquats, n'offrant que des cours à contenu théorique. Les adultes du 3e âge sont appelés à louvoyer pour recevoir la formation pratique qu'ils demandent.

Les gens du 3e âge réclament en fait une formation qui leur permette de devenir plus autonomes. Elle devrait être accessible dans le milieu de vie des retraités.

Le système scolaire actuel ne répond pas aux besoins des personnes âgées. Les cours devraient être dispensés en dehors des institutions scolaires de manière à mettre l'école à la portée de ceux qui ne peuvent se déplacer.

Outre les difficultés de transport qui souvent empêchent les gens de suivre des cours, la gêne et le manque d'expérience en groupe sont aussi au nombre des difficultés qui expliquent la faible participation des personnes âgées à des programmes de formation.

Les préjugés à l'endroit des personnes du 3e âge seraient l'une des causes majeures de l'inadéquation entre leurs besoins et les programmes qui leur sont offerts. D'une part, la classification des gens selon l'âge serait désuète; une personne peut en effet s'émanciper sans que des considérations de cet ordre n'interfèrent;trop souvent, on ne considère pas les gens du 3e âge comme des personnes à part entière. D'autre part, il devrait naître un esprit de collaboration entre ceux qui planifient et coordonnent des programmes pour les retraités et ceux qui sont touchés par ces mesures. Il se révèle à la pratique que les personnes âgées peuvent être d'excellents formateurs grâce notamment à leur expérience de vie. Dans le même ordre d'idées, le contact entre les âges doit être encouragé afin d'en faciliter les bénéfices aux uns comme aux autres.

Conclusion

Un effort de concertation doit être tenté à tous les niveaux (provincial, régional, municipal, scolaire) pour que soit maximisée l'utlisation des ressources humaines et matérielles pour la formation au 3e âge.

La concertation ne doit être envisagée qu'en collaboration avec les personnes âgées elles-mêmes. D'où la nécessité de multiplier les ententes entre les intervenants.

La formation doit être axée sur la communauté et se dérouler dans le milieu de vie du retraité. Ce faisant, les responsables de l'administration doivent se rapprocher des bénéficiaires pour que les besoins réels de ceux-ci soient identifiés et considérés.

En ce sens, le présent colloque ne devra être que le point de départ d'une grande sensibilisation; il devra générer par la suite les actions requises. Plusieurs colloques sectoriels et régionaux devront être tenus dans les différents milieux de vie des retraités afin de donner la parole à ceux et à celles qui n'y ont pas eu accès jusqu'à maintenant.

L'initiative de telles activités devra venir des personnes âgées, dans leur quartier; elles pourront, pour ce faire, compter sur les personnes ressources de leur milieu. Ces rencontres pourront être l'occasion pour plusieurs de faire connaissance entre eux et de voir d'un nouvel oeil cette étape de la vie que représente le 3e âge.

Caractéristique dominante, la parole doit être aux personnes âgées afin d'identifier ce qu'elles veulent réellement.

7. Programme "Nouveaux Horizons"

Secrétaire: Fernand Gallichan

Personnes ressources: Harold Martel
(responsable pour Québec)
Raymond Delamarre

Présentation du programme

Le programme "Nouveaux Horizons" est un programme de subventions accordées par le Gouvernement fédéral par l'intermédiaire du ministère de la Santé et du Bien-être social, sous l'autorité de madame Monique Bégin, ministre. Ce programme ne s'adresse qu'aux personnes du 3e âge.

Il a été mis sur pied pour aider financièrement les personnes âgées, les supportant dans le démarrage de projets qui les rendent davantage autonomes et responsables. Malheureusement, les gens ont parfois des attentes qui leur font espérer qu'un arbitre puisse leur être accordé pour régler certains différends au sein des comités, ou qui leur font envie de voir quelqu'un leur dire quoi faire et comment s'organiser.

Les chiffres démontrent que le programme "Nouveaux Horizons" a un budget de 15 millions $ pour le Canada, dont environ 3 millions $ pour le Québec. Certains projets ont reçu des sommes totalisant 35 000$, la moyenne oscillant entre 5 000$ et 6 000$. Si les gens demandaient initialement des choses mineures, tels des jeux de cartes, ou de fer, ou de poches, ils ont vite fait d'améliorer

la qualité des demandes, celles-ci portant dorénavant sur des activités dont les effets pouvaient se faire sentir à long terme; on pense par exemple à la rénovation d'un local, à la mise sur pied d'une troupe de théâtre ou d'une chorale...

Critères d'admissibilité

Pour être admises à des subventions, les personnes qui en font la demande doivent être regroupées en club ou en association comportant une dizaine de membres au minimum. Les président, vice-président et secrétaire représentant les diverses associations doivent être âgés de 60 ans et plus; ces trois personnes signeront les demandes conformément aux statuts et règlements.

La caractéristique fondamentale du programme est qu'il a été fait pour les personnes du 3e âge et que les projets présentés au ministère doivent être faits par et pour les personnes du 3e âge, ce qui n'exclut pas l'aide des personnes ressources, selon les circonstances.

Chaque projet retenu est d'une durée d'environ 18 mois. Après quoi, un autre projet peut être présenté, un club ou une organisation donné pouvant voir accepter plusieurs de ses projets.

Plénière et questions

Un élément revient souvent: celui de la structure et des règles de régie interne des divers comités ou clubs.

Il est souhaitable que les groupes préparent clairement leur description de tâches, ce qui peut les conduire à préciser leurs modalités d'action et d'intervention.

Les gens doivent, dès le départ, spécifier leurs attentes de manière à fonder un groupe clairement signifié dans sa structure, ses règles de fonctionnement, ses buts et ses objectifs, ses manières d'intervenir.

8. Usage des produits pharmaceutiques pour les personnes âgées

Animatrice: Christiane Savary

Secrétaire: Louise Lepire

Personne ressource: Gilles Barbeau,
Ecole de pharmacie,
Université Laval.

Le focus de cet atelier de travail fut mis sur les problèmes perçus quant aux produits pharmaceutiques et sur les informations relatives à leur sujet. Le thème principal a été celui du rôle thérapeutique des médicaments et de leurs effets secondaires.

Les interrogations des participants ont d'abord été de savoir à qui revient la responsabilité de la médication adéquate du 3e âge. Elles ont porté sur la gestion des ordonnances médicales et sur les décisions relatives à la consommation.

Il ressort que la responsabilité doit être partagée entre le médecin, le pharmacien et le patient. Le problème crucial n'est pas celui de la surconsommation médicamenteuse mais ceux d'une mauvaise gestion des ordonnances d'une part, de la distribution de celles-ci d'autre part et enfin des personnes qui disposent de trop peu d'informations.

Le rouage des mentalités fait qu'un cercle est créé entre patient, pharmacien et médecin:

1. le patient, en consultant un médedin, attend une ordonnance de celui-ci;

2. le médecin, conscient de l'importance pour le patient d'obtenir une ordonnance, lui en fournit une;

3. le pharmacien subit le marketing pharmaceutique.

Bref, si l'un attend une ordonnance, l'autre garde un client, alors qu'un troisième vend son produit. Deux pôles semblent gérer ces comportements:

1. le rôle social, c'est-à-dire les comportements qui répondent directement à des attentes et selon les intérêts de chacun (au niveau professionnel).

2. le rôle légal: certaines lacunes pourraient être évitées si chacun des intervenants agissait selon sa compétence lui permettant de porter un jugement et de prendre une décision par la suite.

Pour assurer des interventions de qualité, le médecin devrait envisager d'autres solutions que celle de la médication. Il pourrait informer davantage le patient de la non-nécessité d'une ordonnance. S'il y a médication, il devrait instruire davantage le patient des ef-

fets secondaires. De son côté le pharmacien devrait normalement refuser de remplir une ordonnance et consulter un médecin s'il constate une contre-indication majeure ou encore un abus. Il devrait être de sa compétence d'informer le patient des effets secondaires des médicaments. Quant à l'infirmière, il serait normal qu'elle inscrive au dossier médical son désaccord sur une prescription donnée.

Malheureusement, à ce niveau, le danger de conflits d'ordre professionnel perpétue le respect formel des rôles sociaux de chacun.

On identifie donc des lacunes:

? au niveau des mentalités, on note trop souvent:

- une confiance absolue envers la partie médicale;
- une confiance exagérée dans les effets thérapeutiques des médicaments;
- un manque d'information des patients au sujet des médicaments.

On relève ici l'importance de la perception subjective des patients à l'endroit de leur état. Ce sont en effet les gens qui "se croient" malades qui consomment le plus de médicaments. L'apport de la bonne alimentation comme prévention ou comme mesure palliative est malheureusement ignoré. L'importance de l'activité physique et intellectuelle est également méconnue.

2. au niveau de la formation des professionnels de la santé, on note:

   - une ignorance des ressources humaines dans le domaine psychosocial et la sous-utilisation de ces ressources (ex.: le travailleur social en milieu hospitalier);
   - un manque de formation en gérontologie.

3. au niveau des institutions (CH, CHSP, CA) (1), on remarque:

   - des problèmes organisationnels et structurels
     - clientèle nombreuse;
     - personnel insuffisant;
     - hétérogénéité des patients
       (personnes agitées vs personnes calmes)
       (personnes confuses vs personnes lucides)
   - qui ont pour effet d'appeler des solutions telles
     - le surdosage;
     - une médication non nécessaire;
     - l'infantilisation de la personne âgée conduisant à la baisse de l'autonomie.

En conclusion, la médecine au 3e âge rencontre un problème de gestion des ordonnances et d'utilisation adéquate de celles-ci.

La médecine au 3e âge est souvent en quelque sorte un "guest". Un pharmacien écossais soutenait à ce titre que la médication au 3e âge est de la magie noire.

(1) Centre hospitalier, centre hospitalier de soins prolongés, centre d'accueil.

personne ne pouvant en prédire avec certitude les effets secondaires. Vellas n'a-t-il pas déjà prétendu que la circulation sanguine des vaisseaux cérébraux s'améliorait si la personne âgée s'adonnait à une activité intellectuelle (par exemple, apprendre une nouvelle langue).

Force est de constater enfin que l'industrie pharmaceutique est gérée par le profit. L'Organisation mondiale de la santé a déjà reconnu à cet effet que seulement 350 des 5 000 médicaments sur le marché sont nécessaires. Malheureusement, nos habitudes sont souvent baignées d'une solution de facilité dont les données sont la triade:

peine
pilule
plaisir.

9. L'activité physique pour les personnes du 3e âge

Secrétaire: Isabelle Fontaine

Personnes ressources: Pierre Leclerc, ministère des Loisirs, Chasse et Pêche; Kino-Québec

Phil Latulippe, sportif

L'activité physique se définit comme toute forme de mouvement qui contribue à améliorer ou à entretenir l'autonomie physique des gens. En ce sens, jouer au golf, danser, jardiner, travailler dans la maison, faire du yoga constituent autant d'éléments susceptibles d'aider la condition physique des personnes du 3e âge. L'activité physique doit être perçue comme une détente et comme une occupation agréable. Elle est une forme de prévention médicale.

De ce fait, outre qu'elle provoque une baisse de l'hypertension et du stress, l'activité physique favorise les articulations, le transport de l'oxygène, la circulation sanguine; elle permet une meilleure connaissance du corps, facilite la souplesse; elle retarde les échéances de l'ankylose, augmente la force musculaire, prévient les douleurs dues à l'arthrite; elle alimente le corps en oxygène, exerce le coeur; elle aide à changer ses habitudes à l'endroit du tabac et de la nourriture, et provoque des effets bénéfiques sur l'insomnie ou l'impatience, ou encore sur les sentiments de colère, l'inquiétude et l'ennui. En étant plus fort et plus exercé, le corps est moins sujet à la maladie et aux blessures. Il contribue à garder un esprit sain.

Les techniques de relaxation font également partie du conditionnement physique. Apprendre à respirer correctement et profondément fait baisser la tension, favorise le sommeil. Outre la relaxation, l'activité physique comporte aussi un volet alimentaire. Près de 50% de la population âgée souffre d'un excédent de poids. L'alimentation doit regrouper les produits essentiels, soit les produits laitiers, le pain et les céréales (énergie), la viande (protéines), les fruits et les légumes (vitamines, minéraux).

De fait, la retraite peut être l'occasion d'améliorer les conditions de vie. L'activité physique provoque des effets qui vont dans le sens contraire au processus de vieillissement.

Il existe des programmes d'activités physiques élaborés par des organismes comme les CLSC. Le but de ces programmes n'est pas de faire faire de l'exercice aux personnes âgées dans une période de temps limitée, mais bien de les conduire à intégrer l'activité physique à leur quotidien. On vise également la formation de moniteurs âgés, si bien que les effets multiplicateurs de ceux-ci bénéficient aujourd'hui à environ 450 personnes dans Lotbinière, par exemple. On procède par les clubs de l'âge d'or qui créent des noyaux de gens actifs. L'émergence de leaders naturels et l'effet d'entraînement des "vedettes" locales sont de nature à faire reculer les obstacles à l'activité physique, tels la gêne, les préjugés à l'endroit du 3e âge, les habitudes (télévision et pantoufles).

Un problème se pose cependant: il arrive souvent que les personnes rejointes et intéressées soient déjà actives dans leur milieu. La difficulté est de rejoindre les autres, les inactifs. Une manière de remédier à cette situation est la sensibilisation au moyen des personnes âgées, par des cellules-santé qui connaissent bien le milieu. Les formateurs bénévoles du 3e âge ainsi préparés peuvent enseigner les notions de base de l'activité physique et susciter une animation locale qui puisse se faire en quelque sorte sur le modèle des cours de poterie. L'important est ici d'inculquer la persévérance de manière à instaurer la continuité. Les éléments forts de celle-ci sont le sentiment d'appartenance, soutient M. Phil Latulippe, l'encadrement (même informel) et le fait d'avoir des buts à atteindre, de se fixer des limites (par exemple, avoir un carnet où l'on note ses exercices, les distances parcourues).

S'il est moins dangereux de bouger que de ne rien faire, encore faut-il le reconnaître et l'appliquer tout autant aux personnes âgées qu'aux autres catégories d'âge. Divers intervenants travaillent en ce sens. Parmi les activités proposées dans l'Outaouais et dans Lotbinière, MM. Pierre Schnoob et Denis Dumont énumèrent des activités de conditionnement physique, d'alimentation et de mise en forme psychologique (yoga), des cours de natation, de ski de fond, de raquette, de croquet, de pétanque, de marche organisée et de danses folkloriques.
Dans le parc de la Gatineau, on a même un jardin potager, un rucher avec cueillette et vente de miel, une serre expérimentale, un golf miniature.

Dans un cas comme dans l'autre, l'individu, doit trouver une discipline qu'il aime. Et l'éducation physique doit faire partie d'une conception globale de la vie, d'une nouvelle hygiène, d'un mode de vie continu, ce qui la rend bien différente d'un bain ponctuel d'énergie: on ne charge pas une fois par année le corps en énergie. De même que la fonction crée l'organe, les mauvaises habitudes diminuent d'elles-mêmes avec l'exercice. La santé n'est pas la médication, mais la prise en charge de soi par des activités qui correspondent aux besoins du corps et à ses goûts. Qu'il s'agisse d'éviter l'ankylose, de ne pas fumer ou de mieux s'alimenter, un long travail de sensibilisation doit avoir lieu, qui doit commencer à l'enfance et se propager aux divers âges. Cela ne pourra se faire sans la collaboration entre les âges, sans la contribution d'équipes multidisciplinaires mettant à profit les ressources des écoles, des CLSC et des hôpitaux.

En insistant sur la collaboration, c'est l'aspect social lui-même qui est privilégié; on garde ainsi en réserve la compétition et les avatars qu'elle provoque en coups bas, élimination, ségrégation.

Dans ce contexte, peut-être arriverons-nous à réaliser le souhait de M. Phil Latulippe, c'est-à-dire à nous produire nous-mêmes! S'il en est ainsi, nous prendrons alors soin des défauts majeurs qui hantent la population québécoise, soit l'orgueil et la gêne.

Allocution de M. André Beaudoin, sous-ministre de l'Education

M. Beaudoin prononce une allocution en trois points.

Il remercie tout d'abord le cégep de Lévis-Lauzon et les services de l'Education aux adultes de l'accueil réservé au colloque et de la reconnaissance des personnes du 3e âge qui, hier, bâtissaient l'actuel système d'éducation.

Il remercie également les membres du Comité provincial de l'éducation des adultes d'avoir favorisé l'avènement du colloque et de ce fait d'avoir créé l'occasion d'exprimer des convictions à l'endroit de la formation continue. Une telle rencontre permet en effet le droit à l'autonomie, à l'indépendance, au respect, au bonheur et à une vie active adaptée à l'environnement. Elle donne lieu à la formation continue comme occasion d'exercice éclairé des droits de la personne. Elle constitue un avantage pour tous les Québécois, qui ont besoin de la présence active des gens du 3e âge en conseils, en ressources, en créativité et en affection.

M. Beaudoin félicite et remercie enfin les personnes ressources et ses collègues du ministère de l'Education pour les différents projets qu'ils mettent de l'avant ou auxquels ils contribuent par leur support actif et dynamique.

Table ronde sur l'implication des personnes du 3e âge en formation continue (AQDR, FADOQ, FQRRCA, etc.)

1. Mme Rita Cambron, FADOQ (1)

Les termes formation et éducation sous-tendent l'action d'une personne qui forme et qui éduque. Or les personnes âgées sont déjà formées et éduquées, ce qui donne une acception particulière aux termes.

La mise à la retraite est un acquis d'une quarantaine d'années. Elle est déjà d'une certaine manière dépassée puisque la loi 15 autorise les personnes de 65 ans et plus à demeurer sur le marché du travail. Un projet de loi prévoit que la retraite pourra être facultative à 60 ans.

La retraite n'a pas été de soi comme acquisition. Les travailleurs durent insister pour l'obtenir. La retraite est contemporaine de l'allègement du travail, de la diminution des heures ouvrables et de l'avènement des vacances payées. Si on revendiquait hier un droit au repos, nous en sommes paradoxalement à réclamer aujourd'hui un droit au travail.

Les moeurs ont changé avec l'évolution industrielle. Avant qu'il y ait les "pensions de sécurité", la personne âgée conservait un statut respectable dans l'accomplissement de sa tâche. On disait alors qu'il n'y a pas de sot métier, on cultivait le goût du travail bien fait, on se contentait de peu en étant quand même heureux. On inspirait le respect.

---

(1) Fédération de l'âge d'or du Québec

La personne âgée était alors considérée comme une personne sage; elle était un conseiller pour la communauté; elle constituait la mémoire du groupe; elle était gardienne des valeurs et des traditions; elle était le maître des techniques par son habilité et son savoir, transmettant ses acquis aux plus jeunes.

Cette conception fut bouleversée par l'explosion démographique venant accorder l'importance aux jeunes par l'éducation (les polyvalentes) et par les loisirs (les arénas); bouleversée également par l'explosion industrielle et la mise au rancart ou hors jeu des gens plus âgés et moins performants. D'où le développement chez la personne âgée de la hantise des quatre i: l'isolement, l'inactivité, l'inutilité et l'insécurité (affective et financière).

L'avenir de la personne âgée ne faisait plus partie des préoccupations des gens: cet avenir n'était plus perçu comme rentable. La personne âgée devait donc se reprendre en main, se trouver une voie. Il y eut donc des regroupements spontanés notamment par la création de clubs de l'âge d'or, permettant aux personnes du 3e âge de se retrouver entre elles et de s'adonner à des activités correspondant à leurs goûts et à leurs aptitudes. Ce fut le début d'une découverte de l'autonomie et d'une recherche d'identité.

En choisissant de créer une fédération en 1970, les personnes âgées décidaient d'agir par elles-mêmes, tant financièrement que socialement. Le souci de préserver

l'autonomie de la personne âgée et de la voir demeurer active et citoyenne à part entière constitue donc depuis toujours l'objectif premier des différents regroupements et notamment de celui de l'âge d'or. La FADOQ fut en ce sens la première à réclamer pour ses membres une revalorisation personnelle et une amélioration des conditions de vie.

Les organisations sont aujourd'hui nombreuses. Mais la masse des personnes âgées continue de croître. Les personnes de 75 ans et plus augmenteront de 80% d'ici l'an 2 000, alors que le nombre des personnes entre 60 et 75 ans n'augmentera que de 31%. C'est dire que les premières connaîtront une perte d'autonomie graduelle et grandissante qu'il importera de retarder le plus possible. Ces personnes feront partie du quatrième âge.

A propos de la formation continue, il est bon de rappeler que pendant longtemps la vie était divisée en trois grandes étapes: celle de la préparation et de l'étude, celle du travail et de l'activité professionnelle, et celle du repos ou du loisir. La vie était une pente que l'on escaladait pour ensuite parcourir l'autre versant qui constituait le déclin.

Cette division de la vie n'a plus cours comme telle aujourd'hui, ou encore recèle des éléments de fausseté. L'étude, le travail, le loisir répondent à trois besoins fondamentaux, sans que n'interviennent des distinctions d'âge. Chaque jour apporte son lot d'apprentissage, d'accomplissement de tâches et de récréation Qu'une

seule de ses trois activités vienne à remplacer les autres, et un déséquilibre est créé. L'idéal réside dans la proportion de ces activités et dans le fait de les varier, ce qui est source d'épanouissement.

L'éducation ne connaît donc pas d'âge. Elle n'est plus une étape de la vie. Plusieurs exemples d'apprentissage chez des gens ayant une moyenne d'âge de 72 ans démontrent la vigilance et la sagacité avec lesquelles les personnes du 3e âge peuvent acquérir de la formation. Elle sont en cela comparables aux plus jeunes.

Plusieurs centres de formation ont été créés un peu partout dans le monde. La publicité faite autour de l'Université de Toulouse et le terme même "d'université au 3e âge" ont accéléré le mouvement. La formation continue est de moins en moins un choix; elle devient une nécessité qu'il faut mettre en oeuvre à tous les âges de notre vie, l'explosion des sciences et des connaissances nous obligeant à revoir sans cesse les acquis de formation.

Les personnes du 3e âge ne doivent pas être exclues du processus de la formation continue. Les retraités, bâtisseurs des institutions qui doivent leur servir, doivent avoir l'opportunité de poursuivre leur croissance personnelle. Ce qui est normal puisque, par le développement des sciences médicales, on prolonge la retraite; elle dure déjà souvent plus longtemps que le temps réservé traditionnellement aux études et même que le temps réservé à la production. Négliger les gens du

3e âge, c'est laisser se détériorer un potentiel d'énergie et de compétences, et gaspiller des fonctions intellectuelles qui peuvent valoir en société. La vraie cause de la détérioration ne serait pas l'âge, mais bien l'inactivité et l'absence d'exercice liées au manque de possibilités pour la personne de réaliser ses facultés. Il faut donc ménager à la personne âgée une vie autonome, équilibrée, faite d'apprentissage, d'occupations et de récréation.

Le rôle du retraité comporte une dimension sociétale. Le rapport présenté par la FADOQ à la Commission Jean en témoigne. On insiste sur le fait que les membres des divers organismes doivent rester actifs, responsables et autonomes. On reconnaît que les services d'éducation aux adultes peuvent constituer une aide précieuse en vue de la formation et du soutien à l'animation des responsables des clubs de l'âge d'or et des conseils régionaux. On souhaite à cet effet une collaboration plus étroite entre les divers agents de l'éducation qui se préoccupent du développement éducatif et socio-culturel des personnes du 3e âge.

Depuis quelques années, grâce à des ressources financières, la FADOQ a pu tenir des sessions de formation et d'animation à l'intention d'un certain nombre de responsables de clubs ou de conseils régionaux de l'âge d'or. Elle entend poursuivre ce travail d'animation, confiante dans le fait que des formateurs du 3e âge sont en mesure de motiver les membres à s'engager personnellement et collectivement dans la promotion des intérêts du groupe et du milieu.

Quatre principes gèrent cette confiance: les personnes âgées sont capables d'apprendre; elles sont habilitées à exprimer elles-mêmes leurs besoins et leurs goûts en regard des différents programmes; elles sont en mesure souvent de participer elles-mêmes à leur formation et à leur développement socio-culturel et socio-éducatif; elles ont besoin, quand elles sont responsables de groupes, de recevoir une solide formation en animation qui les rende aptes à entraîner leurs membres à assumer des responsabilités au sein de leur milieu et à développer un éventail d'activités éducatives, culturelles, récréatives.

La FADOQ aurait donc quatre recommandations à formuler:

1. elle demande que les organismes concernés veillent à la qualité du contenu des cours de préretraite et à l'homogénéité des participants

2. elle demande que soit facilité l'accès à l'éducation populaire du 3e âge en tenant compte des expériences acquises au cours de la vie et du quotidien plutôt que des connaissances académiques antérieures; on demande que l'école se déplace vers les personnes du 3e âge plutôt que d'amener celles-ci aux maisons d'enseignement (et cela, en raison des difficultés de transport)

3. elle demande que l'on réponde aux besoins particuliers de cette clientèle, plutôt que de lui en créer ou de lui en suggérer de nouveaux

4. elle demande que soit privilégiée au sein même des personnes retraitées la formation d'animateurs qui seront des agents multiplicateurs de la prise en charge des personnes âgées par elles-mêmes.

Par son colloque d'avril, l'Alliance culturelle de Montréal a bien su démontrer que la formation continue au 3e âge est une affaire de dignité, de courage, de confiance, d'équilibre et d'harmonie, ce qui représente un programme ambitieux et une visée sereine.

2. Mme Madeleine Tremblay, AQDR

Mme Tremblay témoigne de son expérience dans l'AQDR.

Elle cherchait à combler son existence, à se rendre utile à la société, à adapter sa solitude au moment d'entendre parler de l'Association québécoise pour la défense des droits des retraités et des préretraités.

Connaissant peu de choses selon son propre aveu, ayant passé son existence dans la maison à prendre soin de son mari et de ses enfants, Mme Tremblay ne participait pas activement à la vie sociale et politique.

Elle suivit une session de base après son entrée à l'AQDR. Celle-ci lui apprit l'importance sociale de son vécu, insistant sur ses droits à une vie décente, à un logement convenable, à "des revenus suffisants pour se nourrir adéquatement et pour faire des petits voyages de temps en temps". Ce qu'elle retient de cette expérience, c'est que "l'on peut apprendre à 60 ans, que la mémoire est une faculté qui se développe quand on l'exerce. Il n'y a pas d'âge pour la mémoire".

Mme Tremblay s'est impliquée par la suite dans la section locale, travaillant sur le problème des transports en commun. L'absence de ceux-ci le samedi et le dimanche avait pour effet d'isoler les gens, d'atteindre leur fierté lorsqu'ils devaient demander de l'aide. Avant

d'être rendue "au bout du rouleau", selon l'expression consacrée, Mme Tremblay voulait demeurer autonome, ne pas dépendre des autres; elle désirait qu'on vienne la voir par goût et non parce qu'elle avait besoin. Elle s'impliqua donc dans le dossier, prêtant son aide à un groupe de jeunes gens qui avaient entrepris de faire signer une pétition.

"Le difficile des associations de personnes âgées est d'impliquer les gens, de les amener à des sessions éducatives qui soient conjugées à la détente".

Une autre session de formation eut lieu pendant l'année: elle comportait des activités de dessin, les participants ayant à réaliser les affiches dont il fut question antérieurement. Le dessin qu'elle fit était un carré, sa maison, avec un enfant dans un lit, un enfant accroché à sa jupe; l'étrange de son dessin est qu'elle omit de faire des fenêtres ou des portes. Elle explique cela par le fait qu'elle s'est toujours sentie en vase clos dans cet univers, réalisant du même coup son besoin d'ailleurs, d'autre chose. "On aura beau critiquer ces dessins, il n'en demeure pas moins qu'ils expriment fondamentalement les grands traits de la réalité dans laquelle nous vivons". Ils furent une occasion pour les participants du 3e âge de reconnaître et de constater l'ampleur que pouvait prendre leur expression lorsque l'on s'arrêtait à les écouter. Ces affiches, sur la condition humaine des retraités, furent exposées au congrès de l'UQUAM, après avoir été agrandies par Radio-Canada. Elles montrent ce que les gens ressentent, et "disent souvent plus que la parole ne saurait le faire."

Les conseils exécutifs de l'AQDR sont toujours précédés d'une journée de formation, aidant les personnes du 3e âge à savoir comment fonctionner en groupe, à connaître l'approche des gouvernements, à étudier les dossiers de l'heure, tel celui de la réforme des pensions de Mme Monique Bégin. L'AQDR doit se prononcer. Elle est aidée en cela par les personnes ressources et par les jeunes.

L'AQDR poursuit aussi annuellement la formation de base auprès des sections nouvelles qui rejoignent ce mouvement. Par exemple deux sections de base sont venues grossir les rangs en 1982, l'une à Jonquière et l'autre à Chicoutimi; une troisième est en préparation pour Alma. L'exposition des affiches à travers la province est aussi au nombre des activités de l'AQDR.

L'un des effets majeurs de l'AQDR est de permettre aux gens qui y participent de retrouver une identité et de se sentir utiles et à l'aise parmi les autres composantes de la société.

3. M. Ernest Poulin, FQRRCA (1)

M. Poulin explique qu'une étude menée en 1981 démontre l'absence relative de formation dans les organismes des personnes âgées et les difficultés de ces dernières à comprendre la deuxième génération.

Pour pallier ces difficultés, il fallait, d'une part, promouvoir un projet éducatif et, d'autre part, contribuer à jeter les ponts entre les différents groupes d'âge. C'est à cette double tâche qu'oeuvre la Fédération québécoise des retraités en centre d'accueil et résidence.

C'est un organisme socio-éducatif dont la devise est "Connaissance, adaptation, présence". Elle aide les aînés à prendre connaissance d'eux-mêmes, à s'adapter à la société, à être présents aux niveaux fédéral, provincial et municipal sur les questions relatives aux lois et règlements qui les concernent. Le but de la Fédération est donc clair: il consiste à sensibiliser les aînés à leur mieux-être tout en leur faisant connaître les lois, les règlements, leurs droits, et en les initiant aux divers programmes politiques qui sont mis de l'avant par les différentes instances. Il vise à faire participer les gens à l'élaboration de leurs propres politiques de bien-être, à se défendre contre les différentes exploitations dont ils sont victimes et à leur apprendre à travailler avec les autorités reconnues.

---

(1) Fédération québécoise des retraités en résidence et centre d'accueil

La Fédération possède quatre commissions permanentes et cinq comités. L'un d'entre eux, le comité des griefs, reçoit les plaintes des personnes habitant en résidence ou en centre d'accueil et les porte au directeur de la Société d'habitation afin qu'elles soient entendues. Les griefs retenus sont surtout d'ordre moral et social, relevant davantage du civisme, de la bienséance et de l'hygiène, plutôt que des plaintes à caractère matériel.

Bref, la Fédération intervient auprès des résidents du 3e âge de manière à les sensibiliser aux lois, à défendre leurs droits et à faire valoir leurs intérêts quant à leur mieux-être et à leur condition de vie.

Recommandations des ateliers et de la plénière

Le travail des ateliers, dont le compte rendu fut présenté antérieurement, devait ouvrir sur un certain nombre de souhaits, de suggestions et de recommandations. Si la première journée du colloque avait pour objet, dans les ateliers, les projets de formation continue pour les personnes du 3e âge dans les régions, la deuxième journée avait pour thème le rôle des formateurs, des intervenants et des personnes âgées en vue d'une meilleure implication du 3e âge. La plupart des ateliers furent reconduits lors de la deuxième séance, si bien que la majorité des recommandations sont en étroite relation avec les thèmes abordés antérieurement. L'une d'entre elles fut présentée par l'Académie de gérontologie de l'Outaouais lors de la plénière finale.

Recommandations

Atelier 2

1. que soit donnée une formation adéquate aux bénévoles du 3e âge afin de les initier à leurs nouvelles fonctions et afin qu'ils puissent équilibrer celles-ci avec leur vie privée et familiale;

2. que soit formé un centre de ressources et d'informations réunissant les cégeps, les universités, les organismes spécialisés, où les personnes du 3e âge pourraient adresser leurs demandes et savoir quels cours sont offerts, quelles démarches doivent être accomplies, quelles sont les personnes ressources;

3. que soient créés des sessions de formation ou des stages pour bénévoles avec une formation de type coopératif

4. que soit mis aux programmes d'études un cours sur la gérontologie comportant:
   - les droits des personnes âgées
   - les modifications psychophysiologiques qu'elles sont appelées à vivre
   - les valeurs sociales

   et que ce cours soit intégré à une formation pratique;

5. que soit mis sur pied un comité régional et local qui catalyse les informations pertinentes au 3e âge;

6. les personnes âgées souhaitent
   - rester actives socialement
   - redécouvrir et réaliser des rêves oubliés
   - faire que la formation continue soit plutôt informelle de manière à la rendre accessible à toutes les catégories de personnes;

7. que les intervenants organisent une action qui fasse découvrir de nouveaux rôles sociaux aux personnes âgées et qui assure un suivi auprès d'elles;

8. que les cours de formation donnés par des personnes ressources soient pensés de manière à ce que les bénéficiaires "produisent" des travaux pratiques ayant une portée sociale. Ex. guide touristique, théâtre...;

9. qu'une relève soit créée qui assure la survie et la continuité des organismes bénévoles;

10. que la définition des rôles ne s'appuie pas tant sur des tâches précises, et repose davantage sur les qualités inhérentes aux diverses ressources (intervenants, formateurs, bénévoles); que les rôles soient à la fois clairs et ouverts;

11. que soit mise sur pied une table de concertation réunissant les divers intervenants;

12. qu'une nouvelle orientation préside à la formation continue, qui ne conduise pas obligatoirement à la certification ou à l'éducation populaire;

13. que la Direction générale de l'éducation des adultes oriente ses cours vers les organismes en organisation sociale et communautaire;

14. que soit menée une évaluation sérieuse de ce qui se fait en formation sur mesure;

15. que l'on permette l'accessibilité à toutes les classes de la société;

16. que l'on mette à la disposition des personnes âgées les différents locaux dont elles ont besoin et que ceux-ci leur soient facilement accessibles;

17. que la formation aux personnes du 3e âge soit gratuite, sans attente de réinvestissement de leur part

18. que les cours de formation sensibilisent les personnes du 3e âge à leur implication et qu'ils constituent des occasions d'échanger;

19. que la formule des cours soit allégée de manière à privilégier des dîners-causeries, des voyages culturels; et que les sessions soient à caractère plus social, visant entre autres l'adaptation pratique à une nouvelle vie;

20. que les personnes âgées soient intégrées aux différents niveaux d'intervention, comme par exemple en assistance de recherche pour les travaux les concernant ou sur des sujets qu'ils connaissent déjà...;

21. que l'on sensibilise les gens à d'autres formes d'intégration que celle du bénévolat;

22. que les personnes âgées soient amenées à se prononcer sur le rapport de la Commission Jean et sur les divers dossiers qui ont une incidence sur elles.

Ces recommandations s'inscrivent dans l'ordre des rôles sociaux perçus comme étant:

A- le rôle de la personne âgée:

elle doit savoir équilibrer son investissement social et sa vie privée;

B- le rôle de l'intervenant:

il doit favoriser le réinvestissement de l'apprentissage de l'aîné au niveau de la société,
il doit être un support à l'action,
il doit aider la personne âgée à doser ses activités,
il doit être en mesure de rejoindre les personnes isolées, qui ne s'impliquent pas;

C- le rôle du formateur:

il doit identifier les besoins de la personne âgée,
il doit déterminer ses habiletés, ses faiblesses,
il doit être un facilitateur, un créateur d'échanges,
il doit être en mesure de structurer un cadre d'action précis qui puisse offrir une grande latitude d'action,
il doit pouvoir identifier les expériences des personnes de manière à en faire bénéficier le groupe,
il doit s'inscrire dans un rôle de soutien et d'aide aux personnes âgées.

Atelier 3

23. que la Direction générale de l'éducation des adultes (DGEA) reconnaisse officiellement l'éducation permanente des adultes et qu'à cet effet une action politique concrète soit posée, c'est-à-dire

que l'on reconnaisse un statut aux divers organismes de la province qui oeuvrent dans la formation continue auprès des personnes du 3e âge, et que les budgets leur soient répartis de manière à ce qu'ils puissent diffuser leurs activités de formation;

24. que la formation soit déscolarisée et qu'elle soit offerte en dehors des universités et des collèges de manière à être accessible aux gens en se déplaçant dans leur milieu de vie; que la formation soit donc offerte sur place et décentralisée par les organismes responsables;

25. que l'on favorise la concertation entre les différents organismes, groupes et clubs réunissant le 3e âge afin de faciliter l'échange d'information et la défense des droits de la personne du 3e âge.

Atelier 4

26. qu'un comité provincial, composé des différentes instances et de gens des 3e et 2e âges, soit formé afin d'étudier les moyens qui soient de nature à informer et à sensibiliser les gens du 3e âge;

27. que l'information puisse circuler sur tous les secteurs d'activités et sur les différents projets concernant le 3e âge:

que cette information se fasse

a) par un dépliant inséré mensuellement à l'intérieur des enveloppes contenant les chèques de pension;

b) qu'une ligne Zénith pour le 3e âge puisse répondre à leurs problèmes et à leurs questions;

28. que le ministère de l'Education du Québec introduise plus de souplesse dans ses normes relatives aux cours offerts aux gens du 3e âge; par exemple, que les groupes puissent varier et les cours, offerts à moins de 20 personnes/groupe;

29. que les formateurs et intervenants mettent sur pied une courte session ayant comme thème "les grands-parents efficaces", et que soient organisés des cafés-causeries ayant pour objet "l'art d'être grand-parent";

30. que soit établie une liste de livres intéressants pour les personnes du 3e âge,
que des conseillers compétents soient mis à leur disposition,
que des sections dans les différentes bibliothèques (municipales, scolaires) soient rendues disponibles aux personnes du 3e âge par l'information et la littérature qu'elles contiennent.

Il est aussi admis dans cet atelier que les formateurs doivent avant tout se soucier de recueillir ce que désirent vraiment les personnes du 3e âge pour répondre à leurs besoins. Il est donc vital que la commun'cation soit facilitée.

Il est en outre admis comme primordial que l'on suscite l'intérêt des gens avant d'entreprendre quoi que ce soit, et que ceux-ci soient amenés graduellement à participer aux activités préparées.

Atelier 5

31. que l'on fasse connaître aux personnes âgées, à l'aide de cours ou d'autres moyens, le réseau des Affaires sociales du Québec,
que l'information leur soit accessible (par un dépliant) en ce qui a trait aux différentes abréviations et aux divers sigles en usage;

32. qu'une liste d'activités valorisantes pour les personnes âgées soit élaborée et diffusée auprès des différents clubs de l'âge d'or;

33. que la gamme des différents programmes de formation et d'activités soit variée de manière à rejoindre le plus grand nombre de personnes;

34. que la formation continue puisse débuter avant le 3e âge de façon à préparer de longue date les gens à la retraite;

35. que le modèle de l'Académie de gérontologie de l'Outaouais soit repris dans les diverses régions de la Province;

36. qu'une partie de l'enveloppe budgétaire de la DGEA soit réservée pour la formation de personnes du 3e âge.

Atelier 6

37. que la formation se fasse dans le milieu de vie du retraité,

que les formateurs tiennent compte du vécu des gens, que les intervenants soient plus sensibles à l'expérience des gens, en partant de leurs antécédents pour les impliquer;

38. que les expériences et les connaissances mises à la disposition des personnes âgées soient pratiques et visent à améliorer leur vie collective;

39. que la formation sur mesure pour le 3e âge soit adéquatement financée de façon à mettre fin aux tricheries obligatoires des programmes de l'éducation aux adultes;

40. que les obstacles à la formation soient levés de manière à en favoriser l'accessibilité aux personnes désireuses d'y accéder; à ce sujet, on note:

- que les cours sont souvent faits pour les élites,
- qu'on n'atteint même pas le seuil de 10% des retraités par eux,
- que les causes relèvent des mauvaises conditions de revenus qui empêchent les retraités de les suivre,
- qu'en milieu rural, le problème d'accessibilité est augmenté en raison du transport,
- que la gêne et le manque d'expérience en groupe sont des empêchements majeurs sur lesquels on doit intervenir,
- que la longue habitude de l'isolement et la concentration sur la vie en famille sont sources de problèmes d'implication dans le milieu rural;

41. que la formation continue doit inclure les contacts inter-âges, pour qu'il y ait des échanges sans cloisonnement artificiel;

42. que les responsables de centres d'accueil, d'habitations à loyer modique, d'offices municipaux d'habitation, de résidences soient formés afin de mieux comprendre les gens du 3e âge et afin d'agir

43. que le gouvernement accorde plus d'attention aux personnes âgées, ce qui lui épargnera de l'argent puisque les gens seront en meilleure santé.

Atelier 8

44. que l'on crée un comité formé de personnes âgées, d'organisateurs communautaires, d'infirmiers(ères), de travailleurs sociaux et d'une nutritionniste; ce comité poursuivra trois buts principaux:

1- informer adéquatement les personnes âgées

a) sur l'usage des médicaments (effets thérapeutiques et secondaires)

b) sur l'importance de l'alimentation comme solution palliative

2- sensibiliser les personnes âgées sur leurs droits et pouvoirs relativement aux ordonnances médicales

3- fournir aux personnes âgées des moyens et les outils concrets indispensables à la revendication de leurs droits

(on spécifie que l'esprit de cette suggestion cherche à éviter l'aspect moralisateur et culpabilisant);

45. dans le cadre de la formation des professionnels de la santé, il est suggéré d'ajouter en complément de la formation des cours de psychologie sociale et de nutrition;

46. que le nouveau comité organisateur, s'il est créé, se greffe aux comités et associations déjà existants de manière à en compléter les informations.

Ateliers 1 et 9

47. que le ministère de l'Education du Québec analyse les besoins et les aspirations du 3e âge analphabète, qu'il lance une campagne d'alphabétisation auprès de ces personnes;
et que la formation puisse être adaptée à cette catégorie de la population, soit en faisant appel à d'autres médias que ceux de l'écriture et de la lecture, comme l'audio-visuel, l'oralité, le dessin...;

48. que les programmes de formation soient plus adaptés à chaque milieu de vie, que l'école s'y déplace, qu'on désinstitutionnalise et décentralise la formation, que celle-ci soit axée plutôt sur la pratique que sur l'instruction;

49. qu'il s'établisse un dialogue sur les tâches et sur les compétences entre les bénévoles et les professionnels,

que ces derniers soient à l'écoute des besoins du 3e âge,
et de ce que les bénévoles ont à offrir et à suggérer;

50. que l'on déploie les efforts nécessaires à rejoindre les silencieux, et qu'on organise les rencontres en fonction de leurs besoins et non en fonction des besoins des organismes ou des intervenants;

51. que l'on travaille au maintien de l'autonomie des personnes âgées, au moyen des organisations respectives par et pour le milieu,

- avec la moindre ingérence du ministère des Affaires sociales
- avec un engagement accru du ministère de l'Education pour reconnaître le droit à l'éducation chez les personnes du 3e âge.

Plénière

Il ressort un certain nombre de suggestions et de recommandations de la plénière, dont celle de l'Académie de gérontologie:

52. que les intervenants se rendent en région pour établir des centres pilotes chargés de diffuser les cours, de les mettre sur pied et d'en favoriser l'implantation, notamment en entraînant des formateurs;

53. que les organismes se concertent entre eux (MAS, MEQ, associations du 3e âge, institutions) tant au niveau provincial qu'au niveau régional;

54. que l'on mette à l'étude la possibilité d'un nouveau colloque provincial, dans la région de l'Outaouais cette fois, et que le présent donne suite à des rencontres régionales;

55. Attendu que, dans l'Outaouais, il y a une concertation entre les commissions scolaires régionales, le cégep et l'Université du Québec,

Attendu qu'un organisme, en l'occurence l'Académie de gérontologie de l'Outaouais, existe grâce à cette concertation,

Attendu que l'Académie a pour mission la formation continue des aînés dans l'Outaouais,

Attendu que les divers organismes impliqués dans la problématique du vieillissement - la FADOQ, les clubs d'âge d'or, les Aînés de la cabane, les centres communautaires, les CLSC, les municipalités, l'Animation 65+ - comptent sur l'Académie pour assurer une mission éducative,

Attendu que l'Académie assure un "suivi" aux personnes qui le désirent,

Il est proposé par M. Olivier Thérien et appuyé à l'unanimité par les membres du colloque que le projet éducatif développé par l'Académie de gérontologie de l'Outaouais soit reconnu comme projet pilote et reçoive de la DGEA les ressources humaines et matérielles requises afin de poursuivre et de développer sa démarche éducative et ainsi permettre le réinvestissement de cette expérience dans d'autres régions de la Province qui le désireraient.

Saint-Pierre aux mortels

Je n'aime pas qu'à moi, personne âgée, on me dise pour compliment que je suis jeune, que j'ai l'air jeune, que je suis beau, et tout. Je voudrais qu'on évite la confusion, qu'on me dise "tu sembles en santé, tu sembles dynamique, tu as de la vie, de la joie", ce qui ne doit pas être forcément traduit par le mot "jeune". Comme s'il n'y avait que les jeunes qui soient capables d'avoir du dynamisme, qui aient de l'humour, qui aient de la vie, de l'activité.

Qu'on ne vienne pas nous dire qu'on est des jeunes; qu'on nous dise qu'on est des personnes âgées, qu'on a de l'expérience, un vécu. Ca m'insulte qu'on me traite comme un p'tit jeune qui n'a pas d'expérience dans la vie.

J'ai donc pris comme devise, pour me faire comprendre, que "je préfère être un fou joyeux à un sage morose". Peut-être la sagesse est-elle maintenant accessible, mais la folie est tout à fait naturelle; si être fou à ses heures était sagesse, il se peut que nous soyons nombreux, parmi les personnes âgées, à être des sages.

Qu'on me considère donc comme une personne âgée! c'est le voeu de sagesse que je formule, avant de retourner au ciel.

A ce titre, croyez-moi, je reviendrai sur terre.

Allocution finale du président du colloque, M. Nicolas Zay

Je voudrais vous dire combien je suis impressionné par ce colloque. Je le dis sincèrement: j'ai assisté à de nombreuses rencontres, dans bien des milieux, dans bien des groupes d'âge, et il est rare de voir des réunions qui ont autant de vitalité que celles d'aujourd'hui et d'hier. J'aurais voulu assister au travail de tous les ateliers. Ceux desquels je fus ont été dynamiques et intéressants. Ce qui me plaît surtout, c'est qu'hier nous nous étions fixés un but, celui d'échanger, d'enseigner et d'apprendre, et je crois que ce but a été amplement atteint.

En ce qui me concerne, j'ai appris davantage que je n'ai enseigné. J'en suis fort aise. Ce colloque m'aura appris au sujet des développements qui se sont effectués depuis trois ou quatre ans et qui semblent prometteurs. Nous avons échangé et les diverses suggestions issues des ateliers sont de nature à accomplir le pas que nous avons fait lors de ce colloque.

Sans redire, j'aimerais retenir une chose: c'est que de nombreuses suggestions ont porté sur la structure et sur l'organisation; elles sont fondamentales; mais il faut penser avant tout qu'un colloque comme celui-ci est aussi formateur pour la personne; et j'espère qu'en même temps que nous provoquerons de l'action au niveau des structures, nous ferons aussi avancer au niveau individuel la cause pour laquelle nous nous sommes réunis, c'est-à-dire la promotion de la formation continue auprès des personnes du 3e âge.

Je vous remercie donc et vous souhaite un bon retour à domicile; qu'il soit fructueux pour vos régions respectives.

MEMBRES DU COMITE PROVINCIAL

D'EDUCATION AU TROISIEME AGE

MADELEINE ET GERMAIN HAMEL

M. HAMEL: Président du mouvement de préparation à la retraite

MME HAMEL: Responsable des sessions de préparation à la retraite à Drummondville

CLEMENT GOURDE

Organisateur communautaire

Au service de la population âgée depuis 8 ans

RITA CAMBRON

A été bénévole dans des organismes d'éducation populaire

A été animatrice dans plusieurs milieux pendant plus de 20 ans

Actuellement, agent de développement à la Fédération de l'âge d'or

LILA DESCHAMPS

Madame Deschamps a 73 ans

Administratrice à l'Association des fonctionnaires à la retraite à titre de personne ressource

Mme Lila Deschamps a été pendant plus de 4 ans avec l'équipe de préretraite de la fonction publique

Elle a apprivoisé la solitude

ERNEST POULIN 70 ans

Maîtrise en pédagogie

Officier à la guerre de 1939

Impliqué dans une vie sociale et politique

Actuellement président fondateur de la FQRRCA

JEAN-PIERRE RICHARD

Coordonnateur du secteur de psychosocial

Responsable du dossier 3e âge CECM - SEA

PIERRE SCHNOBB

Conseiller pédagogique à l'éducation des adultes de l'Outaouais

Responsable du secteur 3e âge de ce même cégep

Collaborateur auprès du conseil d'administration de l'Académie de gérontologie de l'Outaouais

Facilitateur auprès des personnes du 3e âge dans la prise en charge et le développement de tout groupement

THERESE TREMBLAY

Spécialiste en sciences de l'éducation

Responsable du dossier "Préparation à la retraite et 3e âge" au ministère de l'Education du Québec

académie de gérontologie
de l'outaouais

Case postale 1250 succursale "B", Hull, Québec, J8X 3X7 Téléphone (819) 776-8419

SA MISSION ET SES RÉALISATIONS

TABLE DES MATIERES

1. Historique 1

2. Nature et étendue 2

3. Mission 3

4. Philosophie d'action et secteurs d'intervention

4.1 Activités éducatives 4

4.2 Recherche et développement 5

4.3 Information 6

5. Financement

6. Réalisations

6.1 Activités éducatives 7

6.2 Projets 7

7. Projets en voie de réalisation ou à venir

7.1 Secteur de la recherche 8

7.2 Secteur des activités éducatives 9

7.3 Secteur de l'information 9

7.4 Projets spéciaux 9

1. HISTORIQUE

L'Académie de gérontologie de l'Outaouais (AGEO) a été créée en 1979 par l'Université du Québec à Hull. Par cette action, l'université redéfinissait un champ d'action jusque-là moins bien défini et dotant la région d'un instrument intéressant d'action tant au plan des structures qu'au plan des champs d'intervention.

"Cet organisme mixte entre l'université et le milieu reposait sur un certain nombre de paramètres encore inédits au Québec:

- Présence de cinq membres désignés par l'université au sein de son Conseil d'administration (cinq sur neuf);

- Membership (personnes du troisième âge);

- Support de l'université en termes d'expertise, de gestion et de ressources matérielles;

- Possibilité d'établir de nouvelles formes de recherche."

(B. Dumouchel, Rapport de projet d'intervention, ENAP, 1983).

Depuis sa fondation, l'AGEO a élargi considérablement ses relations avec les autres organismes du milieu. L'organisation d'activités éducatives est maintenant possible grâce à une collaboration étroite avec le Service à l'éducation des adultes du CEGEP de l'Outaouais, et des Commissions scolaires régionales

de l'Outaouais et de Papineau. L'AGEO travaille également en étroite collaboration avec d'autres organismes du troisième âge, entre autres, la FADOQ, les Aînés de la cabane, Animation 65 plus, les clubs d'âge d'or, les centres communautaires, les centres d'accueil, les services de loisirs municipaux, ...

2. NATURE ET STRUCTURE

L'AGEO est une corporation à but non lucratif. Les principaux partenaires de l'Académie sont l'Université du Québec à Hull qui en a été l'instigateur et qui a pourvu à sa création, les intervenants du milieu en matière d'éducation aux adultes (commissions scolaires régionales et CEGEP) et les organismes socio-culturels et de santé.

Les personnes du 3e âge prennent en outre, une place de plus en plus importante dans toutes les activités de l'Académie.

Les pouvoirs de l'Académie sont exercés par son Conseil d'administration maintenant composé de neuf membres provenant des trois secteurs:

- trois membres représentant les personnes du 3e âge membres de l'Académie;
- trois membres représentant l'Université du Québec à Hull;
- trois membres représentant les organismes du milieu.

Les affaires administratives courantes sont régies par un Comité exécutif de trois membres:

- un pour chaque secteur représenté au Conseil d'administration.

Ces organismes décisionnels s'appuient sur le travail des comités permanents et ad hoc où les membres de l'Académie et les représentants des autres secteurs contribuent à l'élaboration d'orientations, de politiques, de plans d'action et de projets; en voici une courte liste:

- Comité d'orientation, Comité de la recherche-développement, Comité de la fondation, Comité de l'information...

3. MISSION

La mission de l'AGEO est de répondre aux besoins des gens du 3e âge de la région de l'Outaouais.

a) en facilitant l'organisation d'activités éducatives
b) en aidant ses membres à se protéger contre les abus publicitaires
c) en les renseignant sur tout ce qui peut leur rendre service
d) en poursuivant la recherche requise pour accomplir sa mission

L'AGEO par son intervention dans trois secteurs d'activités:

- les activités de formation

- la recherche et le développement
- les activités d'information

contribue de manière générale à élever le niveau de vie des aînés, à améliorer leur santé, à leur favoriser l'accès au patrimoine éducatif et culturel du milieu, et ce faisant, favorise leur maintien ou leur réinsertion dans la société.

L'AGEO contribue en outre, par des activités de coopération avec d'autres organismes du milieu, à la promotion sociale des aînés en recherchant de nouveaux modèles, de nouveaux rôles pour les aînés, selon une philosophie de prise en charge par les personnes âgées elles-mêmes des activités de l'Académie. En conséquence, l'AGEO a une politique qui fait appel à ses membres comme bénévoles.

4. PHILOSOPHIE D'ACTION ET SECTEURS D'INTERVENTION

4.1 Activités éducatives

La philosophie de l'AGEO est fondée sur une vision nouvelle de la personne âgée qui en fait une personne entièrement capable de contribuer à son propre mieux-être et au mieux-être de son milieu.

La philosophie d'éducation et d'intervention qui en découle favorise la prise en charge par les aînés des activités qui les concernent. Les activités éducatives dans ce contexte visent

le développement intégral de la personne.

Dans ses activités éducatives, l'AGEO favorise une approche décentralisée, en étroite correspondance avec les besoins des individus et groupes, à une prise en charge, à une participation à la détermination des besoins et à l'organisation des projets éducatifs qui répondent bien aux besoins.

4.2 Recherche et développement

Par ses activités de recherche, l'Académie vise une meilleure connaissance de l'homme vieillissant. L'Académie favorise la mise en commun des connaissances sur le 3e âge et les processus de vieillissement de même que la diffusion des résultats de recherche par ses activités d'information.

Quoique ses priorités de recherche soient en voie de détermination, l'Académie favorise une recherche-action lui permettant:

- de connaître la population des personnes âgées dans l'Outaouais;
- d'identifier les caractéristiques socio-économiques des personnes âgées de l'Outaouais et d'en étudier les incidences pour l'orientation de son action;
- d'établir une banque de ressources humaines âgées pouvant contribuer à divers titres à ses propres activités ou aux activités d'autres organismes.

L'AGEO compte sur la collaboration étroite de l'université ou d'autres organismes qui ont une vocation première de recherche pour réaliser les objectifs de ce secteur.

4.3 Information

L'Académie prévoit mettre en place des mécanismes qui lui permettent de communiquer avec ses membres, de les informer de toutes matières qui les concernent et de sensibiliser toute la population à la problématique du vieillissement.

A cet égard, le conseil d'administration envisage divers moyens d'actions.

Comme pour les autres secteurs, l'insertion des membres de l'Académie dans cette activité est jugée essentielle.

5. Financement

La situation financière actuelle de l'AGEO est très problématique. Organisme à but non lucratif, l'AGEO est financée par la cotisation de 10 $ de ses membres et sur une base "ad hoc" par des subventions des organismes oeuvrant dans le domaine de l'éducation des adultes dans la région.

Le budget 1982-1983 de l'AGEO était de l'ordre de 88 000 $. Une très grande partie de cette somme (45%) a été utilisée directement pour dispenser des activités éducatives pour ses quelques 600 membres.

Pour assurer son fonctionnement, pour poursuivre son développement sur une base plus permanente et pour développer ses autres secteurs d'activité, l'AGEO a créé une Fondation. L'AGEO estime que les ressources disponibles sont insuffisantes et compte sur un support financier additionnel direct, de la part des gouvernements.

6. REALISATIONS

6.1 Activités éducatives

1. Atelier d'expression artistique

   Dessin, peinture, sculpture, céramique, poterie, émaux

2. Atelier d'artisanat

   Tissage, bricolage, crochet

3. Atelier d'expression théâtrale

   Théâtre, marionnettes, danse folklorique

4. Atelier d'expression musicale

   Chant chorale, instrument, solfège

5. Activités physiques

   Yoga, danse, sorties de plein air

6. Cours de sciences

   Biologie, nutrition, mise en forme, marketing, gérontologie, informatique

7. Cours d'histoire

8. Cours de langue

Anglais, français

9. Cours de formation

Animation d'activités éducatives, animation de soirées récréatives, bénévolat, guides touristiques

10. Cours de préparation à la retraite

6.2 Projets

1. Conférences: Les beaux lundis de l'Académie (1981-82-83)

2. Colloques: Le Tourisme au troisième âge (1980)

Le grand partage (annuel)

3. Projet du patrimoine (1981) - 5 productions

4. Projet d'accueil touristique (Gîte et petit déjeuner)

7. PROJETS EN VOIE DE REALISATION OU A VENIR

7.1 Secteur de la recherche

- Connaissance sociologique des personnes âgées de l'Outaouais

- Nutrition au 3e âge
- Capacité physique des personnes âgées de 60 à 70 ans

7.2 Secteur des activités éducatives

- Développement de programmes
- Formation de bénévoles
- Formation de guides touristiques
- Musique
- Théâtre de marionnettes: personnes âgées et enfants
- Atelier permanent pour les cours d'art
  (sculpture & peinture, dessin) à Hull

7.3 Secteur de l'information

- Production d'un kit d'information
- Production de vidéo pour et par les personnes âgées
- Parution d'un journal (feuille d'information)

7.4 Projets spéciaux

- Fondation
- Accueil touristique (Phase 2 - 3 - 4)
- Tiers-Monde

Préparé le 25 mai 1983

CEGEP DE LEVIS-LAUZON

SECTEUR DE L'EDUCATION AUX ADULTES

ATELIERS PREVUS

LORS DU COLLOQUE DES 1ER ET 2 JUIN 83 SUR:

"LA FORMATION CONTINUE POUR LES PERSONNES DU 3E AGE: CA DONNE QUOI?"

TITRE DES THEMES	PERSONNES RESSOURCES
1. CARREFOUR CULTUREL DES GENERATIONS LOCAL: A-211 Louis-Roland Paradis	Raymond Champagne, directeur du Laboratoire de gérontologie à l'Université du Québec à Trois-Rivières

Afin de favoriser les relations intergénérationnelles, l'UQTR nous parlera de son projet "Ecole, carrefour des générations".

2. DIFFERENTES APPROCHES AUPRES DES RETRAITES ET PRERETRAITES LOCAL: A-201 Renée Lafrenière, Danielle Vallières	Jean-Pierre Richard et autres intervenants de la CECM

Expériences de formation et d'intervention dans divers projets auprès de retraités et de préretraités.

3. METHODES ACTIVES D'INFORMATION JURIDIQUE AU 3E AGE LOCAL: A-204 Carole Coulombe, Yvon Villeneuve	France Mainville de l'Université de Sherbrooke

Façon originale pour faire connaître les droits des personnes du 3e âge sous forme de pièces de théâtre, jeux de société, etc.

4. MOYENS D'APPRIVOISER LA SOLITUDE A LA RETRAITE LOCAL: A-206 Serge Cloutier, Louise Bellemare	Lila Deschamps, administratrice à l'Association des fonctionnaires retraités du Québec

Un partage d'expériences de gens qui ont vécu des difficultés en regard de la solitude et qui ont trouvé des moyens de l'apprivoiser.

5. SEJOURS CULTURELS DES AINES (Elder Hostel) LOCAL: A-215 Fleurette Croteau, Alain Carrier	Roland Doyon de l'Université Laval

Format d'activités qui permettent à des personnes de 60 ans et plus de passer une semaine comme pensionnaires dans un collège ou une université, pour y suivre des cours et participer à des visites socio-culturelles.

6. DEFENSE DES DROITS DES RETRAITES — Louis Plamondon de l'Université de Montréal
LOCAL: A-203
Jeanne Routhier, Jean-Marc Lessard

Les personnes âgées seront amenées à réfléchir sur des questions relatives à leurs droits comme retraités.

7. PROGRAMME DES"NOUVEAUX HORIZONS" — Harold Martel, responsable du programme "Nouveaux Horizons" pour la région de Québec.
LOCAL: A-218
Fernand Gallichan

Informations sur le programme des"Nouveaux Horizons"pour les personnes du 3e âge et sur les modalités de ce programme.

8. USAGE DES PRODUITS PHARMACEUTIQUES POUR LES PERSONNES AGEES — Gilles Barbeau, Ecole de pharmacie de l'Université Laval
LOCAL: E-200
Christiane Savary, Louise Lepire

Les personnes du 3e âge sont invitées à s'interroger sur le rôle et les effets des médicaments.

9. L'ACTIVITE PHYSIQUE POUR LES PERSONNES DU 3E AGE — Pierre Leclerc, ministère des Loisirs, Chasse et Pêche et Phil Latulippe, sportif bien connu
LOCAL: A-207
Isabelle Fontaine

Les participants pourront se sensibiliser à une approche personnalisée de l'activité physique.

TABLE DES SIGLES

MAS	:	Ministère des Affaires sociales
MEQ	:	Ministère de l'Education du Québec
DGEA	:	Direction générale de l'éducation des adultes
CECM	:	Commission des écoles catholiques de Montréal
UM	:	Université de Montréal
UQUAM	:	Université du Québec à Montréal
UQUTR	:	Université du Québec à Trois-Rivières
UL	:	Université Laval
CEGEP	:	Collège d'enseignement général et professionnel
CLSC	:	Centre local de services communautaires
FADOQ	:	Fédération de l'âge d'or du Québec
MPR	:	Mouvement de préparation à la retraite
AFRQ	:	Association des fonctionnaires retraités du Québec
FQRRCA	:	Fédération québécoise des retraités en résidence et centre d'accueil
AQDR	:	Association québécoise pour la défense des droits des retraités et des préretraités
AGEO	:	Académie de gérontologie de l'Outaouais
CEUOQ	:	Centre des études universitaires dans l'Ouest québécois